



Docteur
Arnault Pfersdorff

140 jeux d'éveil pour préparer son enfant à la Maternelle

0-3
ans

Motricité

Socialisation

Équilibre

Langage

Éveil sensoriel

Confiance en soi



Docteur
Arnault Pfersdorff

140 jeux d'éveil pour préparer son enfant à la Maternelle

0-3
ans

Ouvrage illustré par Adéjé



Je dédicace ce livre à Françoise ma femme,
à mes enfants Anne, Louise, Hubert et Pierre.
Nous grandissons ensemble.

© Hatier – 8, rue d'Assas 75 006 Paris

Direction : Rachel Duc

Responsable éditoriale : Caroline Terral

Relecture, corrections : Charlotte Müller

Directeur artistique : Nicolas Vallet

Couverture, principe de mise en page et mise en page : Emmanuelle Noël

Fabrication : Cécile Labarthe

Sommaire

Introduction 4



De 0 à 3 mois..... 6



De 3 à 6 mois 38



De 6 à 12 mois 74



De 12 à 18 mois 112



De 18 à 24 mois 146



De 2 à 3 ans et plus176

Ressources utiles 220

Table des matières.....221

Introduction

A voir une approche bienveillante dans son rôle de parent est essentiel. Ma pratique quotidienne, en consultation et en milieu hospitalier, m'a permis, depuis nombre d'années, de voir des adultes n'ayant pas bénéficié de cette posture parentale et qui souffrent d'un manque de confiance en eux (dans leur travail, leur vie de couple). Cet ouvrage a pour but principal de **bien préparer votre enfant à l'école maternelle**. Les activités que je vous propose ont pour vocation de stimuler les compétences nécessaires et une bonne faculté de socialisation pour une adaptation en douceur. L'école maternelle est le tout premier pas dans la vie scolaire de votre enfant. Les premières notions y sont déjà abordées, ainsi que la vie en société, avec ses règlements, le rapport à ses camarades et aux adultes. Il convient de faire en sorte que cette première étape donne envie à l'enfant de rentrer à l'école élémentaire, **nourrisse son goût pour les apprentissages et favorise sa confiance en lui**.

Méthode et organisation

De nombreuses méthodes éducatives existent selon les pays et les sensibilités (*Bien-traitante, Bienveillante, Motricité libre, Montessori, Pédagogie active Freinet, méthode Piaget, Steiner-Waldorf, Intégration des réflexes primitifs, Bercements, Langue des signes, etc.*) : chacune a ses avantages et parfois ses inconvénients. J'ai tout naturellement, avec mon expérience de médecin praticien, intégré **ce qu'il y a de bon dans chacune d'elles** pour élaborer ce livre. J'ai privilégié un **classement par tranche d'âge**. Pour chaque période, une introduction annonce les progrès attendus. Mais attention, un enfant peut marcher dès 9 mois alors que d'autres ne le feront qu'à 18 mois. De même, certains tiennent leur crayon levé 6 mois avant leurs camarades. Cela ne signifie pas qu'il y a retard. Ne comparez pas votre enfant au grand frère ou à la petite nièce, ils ont leur propre rythme.

Dès sa naissance, stimulez ses sens dans le respect de son rythme

Quand il était fœtus, des bruits, vos voix, toutes sortes de sensations lui parvenaient. Désormais, il apprécie qu'on le touche, qu'on le caresse, qu'on lui parle. Il a des préférences nettement affirmées. Respectez ses rythmes de sommeil, de repas, de découverte, ses phases d'éveil, d'apprentissage. Sa sensorialité s'épanouit. Vous allez la valoriser grâce à ces activités qui font appel au toucher, à l'audition, à la vision, à l'odorat et au goût. Si vous êtes adepte de la DME¹ dès l'âge de 6 mois, vous comprendrez encore mieux ces notions.

1. Diversification Menée par l'Enfant : <http://www.pediatre-online.fr/alimentation/diversification-alimentaire-menee-lenfant-dme-quest-cest/>

Par ailleurs, soyez attentifs à ses pleurs : ses cris restent le seul moyen de faire comprendre que quelque chose ne va pas (des coliques, une mauvaise position de couchage, une sensation de faim, une anxiété). Les caprices n'existent pas chez les tout-petits. Le laisser pleurer va perturber le développement de ses facultés cognitives, parfois de manière irréversible.

Des activités pour développer sa motricité...

Ne forcez pas votre enfant à marcher, ne le tenez pas par les bras, mais incitez-le en revanche à passer par les phases où il rampe puis se met à quatre pattes et enfin debout. Nos activités stimulent sa motricité par l'activité et non la « passivité activée ». La motricité comporte ce qui suit.

- **Motricité volontaire et involontaire** : tenue de la tête, position assise, ramper, quatre-pattes, marche, tonus musculaire, réactions comportementales, motricité fine (jeux de mains), comportement instinctif (suction, sourire spontané).
- **Les fonctions cognitives et la communication** : accrochage des yeux, mouvements, gesticulation.
- **La socialisation** : le comportement exploratoire de votre enfant, les jeux, les livres, l'eau, la terre, les matières, les animaux.

... et sa confiance en lui

Stimuler son enfant ne veut pas dire qu'il faut faire à sa place, bien au contraire : laissez-le adhérer, s'approprier, être inventif. C'est pourquoi vous trouverez dans cet ouvrage un fil conducteur : prise de confiance, valorisation, autonomie, bienveillance, patience, identification. Évitez ce qui engendre toute notion de compétition. Votre enfant sait déjà beaucoup plus de choses que vous ne l'imaginez. L'écouter, c'est déjà faire la moitié du chemin. Aussi, avant de rentrer dans le vif du sujet, voici **deux règles d'or** que vous pouvez adopter dans la mise en application de ces activités mais également tout au long de votre vie quotidienne.

- **Ne contraignez pas votre enfant, évitez les interdits et efforcez-vous plutôt de l'accompagner.** Au lieu de dire à votre enfant : « Attention, tu vas te faire mal ! » lorsqu'il gimpes les premières marches de l'escalier, il est mieux de lui délivrer ce message : « Tu peux essayer, regarde bien comment tu poses les mains. » La manière de lui présenter les choses l'incite à « faire » avec intelligence et calme plutôt qu'avec appréhension et rapidité. La différence est de taille.
- **Valorisez votre enfant** : faites en sorte qu'il se sente accompagné dans ses découvertes, dans ses succès comme dans ses hésitations ou ses échecs. Vouloir que son enfant soit le meilleur fait vite basculer dans la compétition, qui peut devenir synonyme de dévalorisation : l'enfant qui n'obtient pas les résultats escomptés aura l'impression de décevoir ses parents. Il faut l'encourager dans un projet auquel il adhère, ainsi les résultats seront au rendez-vous. L'estime de soi peut alors bien se construire.

De 0 à
3 mois

Pendant les 3 premiers mois, vous apprenez à découvrir votre enfant et à l'observer. Vous commencez à décrypter ses rires, ses pleurs, la manière dont il fronce les sourcils. De même, vous découvrez ses rythmes de sommeil, le déroulement de son transit digestif, ses positions préférées. Les journées passent vite, trop vite même. Et pourtant, à chaque instant, des progrès considérables s'opèrent chez votre nouveau-né. Il vous écoute, il vous observe, il vous sent, il va peu à peu comprendre la portée de certains mots que vous prononcez.

Les étapes essentielles de ces trois premiers mois

Chaque enfant a son rythme propre, certains enfants développeront à 3 mois des acquisitions que d'autres développeront vers 4 ou 6 mois. Ainsi, certains bébés se retournent déjà à 3 mois, d'autres plus tard. Si le vôtre ne le fait pas encore, pas de panique, ça ne veut pas dire qu'il est en retard, loin de là.

Sur le plan moteur

- Au début, ses mouvements sont non coordonnés mais, peu à peu, à 2 mois déjà, le tonus de ses membres diminue (à la naissance, il y a une hypertonie) et, au contraire, le tonus de sa colonne augmente, ce qui rééquilibre sa motricité globale.
- Pour ce qui est de la motricité fine, il a l'âge de pouvoir guider son pouce ou un doigt vers sa bouche. Vers 1 mois, il commence à ouvrir ses poignes plus spontanément, les doigts deviennent plus mobiles. Son *grasping* (réflexe archaïque de préhension) diminue.
- Son sourire, qui est spontané vers l'âge de 15 jours (le fameux « sourire aux anges »), fait place à un sourire-réponse envers vous ; dès l'âge de 1 à 2 mois, sa curiosité est en éveil.
- Il se met à gesticuler quand il voit approcher le visage de la mère, du père, tout en agitant ses poignets de plaisir.
- Il a l'âge idéal pour commencer à stimuler sa psychomotricité² avec un miroir accroché à un mur.

2. La psychomotricité, c'est l'étude des interactions entre perception, sentiments, pensée, mouvement et comportement.

Sur le plan visuel

- Au tout début, il ne voit qu'en noir et blanc. Le rouge lui apparaît vers l'âge de 6 semaines, rapidement suivi du vert. Le bleu, puis le jaune, font leur apparition entre 4 et 6 mois.
- À la naissance, il ne voit guère plus loin qu'à 30-50 cm, tenez-vous donc près de lui.
- À 6 semaines, il commence à faire converger ses yeux.
- Ses yeux ne suivront que des mouvements lents pendant ces 3 premiers mois, allez doucement dans ce que vous lui montrez.

Sur le plan auditif

- Un bébé, vous le remarquerez très vite, a une ouïe très développée, et le moindre bruit peut le faire sursauter. Parlez-lui doucement, articulez, mais évitez de lui parler « bébé ».

Le toucher

- C'est l'un des 5 sens essentiels pour le bon épanouissement de l'enfant. Ce sens est situé dans la peau, c'est l'organe de la communication qui fait entrer l'autre en soi. Les touchers-massages jouent un rôle essentiel dans la communication avec l'autre, mais aussi avec lui-même.

Structuration dans l'espace

Pendant les 3 premiers mois, l'enfant est dans ce qu'on appelle l'espace subi. Il ne sait pas se repérer, localiser ou apprécier les éléments de son environnement. Prenez le temps de lui montrer les coins de sa chambre, de la cuisine, des endroits familiers, expliquez-lui.

Notion temporelle

Chez le bébé, le temps est souvent lié à l'absence, le biberon ou le sein qui ne vient pas assez vite, l'attente des retrouvailles. C'est grâce à une réponse appropriée du parent (ne le laissez surtout pas pleurer, rassurez-le autant que possible en lui disant que tout va bien) que l'enfant se développera de manière structurée, et qu'il prendra toute la conscience du vaste monde qui l'entoure.

Le langage

Et oui, déjà, il est important de lui délivrer une langue maternelle bien structurée : il écoute, il emmagasine. Évitez de lui parler « bébé », cela n'apporte rien. Dans cette optique, prenez d'ores et déjà le pli en évitant tout écran avant 3 ans, afin qu'il développe parfaitement ses 5 sens (et non pas uniquement la vision et l'ouïe).

Développement psychoaffectif et cognitif

Il prend peu à peu conscience du « soi » en touchant les différentes parties de son corps : sa bouche, ses oreilles (toujours la même au début), son sexe lorsque la couche est ouverte. Son activité motrice (imbriquée avec les fonctions cognitives) se développe à grande vitesse : agitation des bras, prise des objets, tentative de retournement, poussée sur les avant-bras, mouvements des jambes alternés avec ceux des bras, rotation de la tête, des yeux. Tout ceci l'aide à positionner son caractère, et parfois à poser les bases d'une certaine agressivité s'il n'obtient pas ce qu'il veut ou si la réponse de l'adulte n'est pas appropriée.

Développement sensoriel

L'enfant parvient tout seul à développer ses 5 sens : la vue, l'ouïe, le toucher, l'odorat et le goût. Les activités qui suivent vont y contribuer largement.

Joies du mobile

Pour stimuler l'accrochage des yeux de votre bébé, l'accommodation et son repérage spatial, les mobiles sont essentiels. Une fois passée la première semaine, votre bébé ouvre les yeux de manière permanente (en dehors des phases de sommeil) et sa vision commence à s'organiser. Il voit ce qui est proche de lui et, à partir de la fin du premier mois, il arrive à suivre du regard lentement, mais sûrement. Il va prendre de l'assurance. Si l'objet se trouve à proximité de son champ visuel, il sera fasciné, surtout si celui-ci bouge lentement.



Matériel

- Des mobiles Montessori, de type Munari ❶, Octaèdres ❷ ou de Gobbi ❸.



Acquisitions

- Vision : fixation, convergence, couleurs, espace
- Développement moteur
- Structuration spatio-temporelle



Quand ?

- Dès la naissance, un mobile de type Munari ❶ est tout à fait adapté. À partir de 6 semaines, un mobile supportant des octaèdres ❷

deviendra plus intéressant pour lui. Vers 2 à 3 mois, un autre type de mobile peut être utilisé, le mobile de Gobbi ❸.



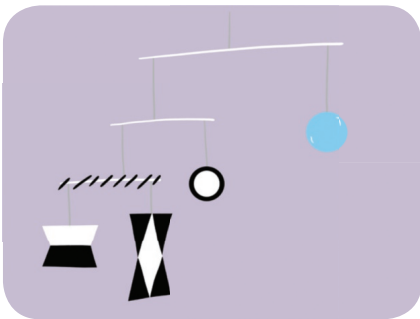
Où ?

- Ces mobiles peuvent être suspendus à environ 50 cm de lui, au-dessus de son lit ou de la table à langer, ou

encore devant vous lorsque vous vous installez à terre avec lui, son dos contre votre ventre.

★ Déroulement de l'atelier

- Vous pouvez fabriquer vous-même votre mobile Munari ❶ : respectez la présence d'une petite boule en verre qui donnera des reflets qu'on ne retrouve pas avec le plastique, et n'utilisez que le noir et blanc pour les formes en bristol. En effet, il n'y a pas mieux comme contraste pour que l'image qu'il perçoit soit parfaitement analysée par son cerveau.
- Le mobile supportant des octaèdres ❷, au contraire, lui permettra d'appréhender des couleurs vives et primaires (bleu, jaune, rouge). À 6 semaines et plus, il voit en couleur depuis peu et peut fixer son regard sur ces volumes qui tournent autour de l'axe central, mais également sur eux-mêmes. Cela stimulera la motricité de ses globes oculaires, la mise au point sur la rétine et le désir de les toucher. Au bout de quelques semaines, il saura mieux maîtriser ses mains pour toucher et attraper.
- Vous pouvez également fabriquer vous-même le mobile de Gobbi ❸, adapté à partir de ses 2 mois, avec 4 ou 5 formes d'une seule et même couleur, mais de nuances différentes. Alternner ces mobiles lui fera prendre conscience des notions de couleur foncée ou pâle, de mouvement, de distance, de texture, de reflets.



❶



❸

Le conseil du pédiatre

- Évitez les mobiles trop rapides, cela risquerait de l'énervier. De même, évitez d'associer trop de couleurs, ou trop d'objets suspendus.

Je souris, tu souris

Vous le remarquerez très vite, une fois que les yeux de votre bébé sont bien ouverts, à l'approche de votre visage près du sien, sa vision, qui est encore hésitante, va fixer votre front, vos cheveux, puis peu à peu vos yeux. L'accrochage de son regard avec le vôtre se fait donc dans un second temps. Il y a pour lui tant à observer et à découvrir sur ce visage plein de tendresse qui se penche vers lui et dont certaines parties s'animent... Vous n'avez qu'un souhait : que votre enfant vous reconnaisse. Ne vous inquiétez pas : depuis 9 mois déjà, il sait qui vous êtes !



Matériel

- Votre visage (paupières, bouche, langue) ; vos mains ; votre voix.



Acquisitions

- Olfaction
- Audition
- Mémoire visuelle
- Développement psychoaffectif



Déroulement de l'atelier

- Considérez que votre visage est une scène de théâtre : il y a beaucoup à voir et à décortiquer pour lui.
- Privilégiez ce moment de partage extraordinaire où pendant 1 minute, peut-être davantage, son regard va rester fixe à vous dévisager.
- Jouez de vos mimiques : faites quelques grimaces, lentement, n'allez pas trop vite, ouvrez la bouche, montrez votre langue, décrivez ce que vous faites. Un nouveau-né est capable de comprendre beaucoup de choses rien que dans votre façon de les dire.
- Ouvrez puis fermez les paupières.
- Penchez la tête vers la droite, puis vers la gauche. Il est en confiance, il va aimer de plus en plus. Chaque jour qui passe lui permettra de vous reconnaître encore mieux. Chaque aspérité de votre visage lui devient familière et rassurante.
- Disposez lentement vos mains ouvertes paumes vers votre enfant de part et d'autre de votre visage, puis animez les doucement comme pour des légères marionnettes, cela donnera plus de profondeur à ce qu'il voit ; puis retirez-les, renouvelez l'opération selon sa concentration.
- Pour finir, faites-lui un large sourire.
- Au bout d'une ou deux semaines, il fera ses fameux « sourires aux anges », rien qu'en vous apercevant.

Accroche pouce

Dès la naissance, votre bébé bouge les bras vers l'extérieur puis, régulièrement, il les ramène contre lui en agrippant tout sur son passage (vos cheveux, vos vêtements, vos doigts). Il lui arrive même de se griffer le visage. Ses poings ont tendance à se refermer sur eux-mêmes. On parle de réflexe de *grasping* (préhension) : c'est un **réflexe archaïque**, qui va disparaître dans les mois à venir. Mais il est utile de l'accompagner, puisqu'il se déclenche par des stimuli sensoriels spécifiques. Cela aide à une bonne prise de relais par le « néocortex » qui devient dominant chez bébé.

Matériel

- Vos mains.

Acquisitions

- Toucher
- Vision : réflexes de fixation et convergence
- Tonus musculaire
- Réflexes archaïques

Déroulement de l'atelier

- Tendez votre petit doigt ou votre pouce et placez-le contre la paume de votre bébé. Il va aussitôt la refermer et ne vous lâchera plus. Vous pouvez alors rester ainsi en le tenant dans vos bras ou couché sur vous, ou tout en vous déplaçant.
- Lorsqu'il tient ainsi votre doigt, vous pouvez mobiliser sa main : il va suivre, se laisser faire en restant agrippé à vous, ce qui l'aidera à prendre conscience qu'il a une main, un bras, une épaule.
- Tenir quelque chose de tiède, votre doigt dans sa main, va avoir plusieurs effets bénéfiques :
 - cela le rassure, car il s'agrippe à quelque chose et se positionne dans l'espace ;
 - il sent quelque chose de tiède, ce qui développe ses capacités sensorielles cutanées ;
 - il sent une résistance, ce qui lui permet de prendre conscience que sa main lui appartient ;
 - votre pouce qu'il tient est une prolongation du lien qui l'unissait à vous quand il était fœtus. Cela renforce l'attachement.

Coucou, me voilà !

À partir du moment où votre bébé maîtrise bien la vision avec ses deux yeux, et qu'il vous fixe nettement, dès 6 semaines environ, il prend l'habitude de scruter votre visage. Une bonne étape est de faire « disparaître » votre visage pour le faire réapparaître aussitôt : il expérimente ainsi la permanence de votre présence. Avec le temps, ce jeu lui permettra de prendre confiance en lui et de se rassurer, plus tard, lorsque vous quitterez la chambre : il saura que vous allez revenir.



Matériel

- Votre visage ; vos mains ;
votre sourire ; votre voix ;

un linge en coton.



Acquisitions

- Espace de vision
- Comportement instinctif
- Fonctions cognitives, accrochage des yeux

- Développement psychoaffectif, socialisation



Déroulement de l'atelier

- Installez-le dans son transat. Attendez qu'il vous regarde et qu'une proximité s'installe entre vous ; il doit être réceptif.
- Approchez vos mains de votre visage et cachez vos yeux. Puis, dites-lui : « *Elle est partie maman, il est parti papa.* » Il va être étonné de ne plus vous voir : pour lui, vous avez disparu. Il ne fait pas encore le lien entre vos mains et votre visage.
- Très vite, retirez vos mains et faites-lui un grand sourire : « *Elle est là maman, il est là papa.* » C'est ainsi qu'il va comprendre la notion de permanence de ce qu'il voit. C'est

essentiel pour qu'il entre dans le monde réel.

- Une fois qu'il prend confiance, c'est son visage à lui que vous pouvez cacher quelques instants derrière un linge blanc et doux. Puis vous le retirez : « *Coucou, le voilà mon bébé !* » Il s'en étonnera les premières fois, et très vite rira aux éclats, heureux de voir que vous êtes toujours là.
- Pour finir, prenez votre enfant dans vos bras pour faire descendre l'excitation du jeu et lui donner une bouffée d'ocytocine.

Jeu des textures

Votre bébé, dès ses premières minutes de vie, est extrêmement sensible au toucher. N'oublions pas que la peau est un organe sensoriel majeur. Le toucher est le premier sens qui se développe chez le fœtus. Tous ses « capteurs sensitifs » sont en éveil constant. En effet, les fibres nerveuses de la peau produisent des neuromédiateurs de toutes sortes, selon le type de stimulation. Ici, vous aiderez votre enfant à identifier les textures différentes, qui seront transmises à son cerveau pour rendre compte de la globalité du corps.

Matériel

- Vos mains ; vos mamelons si vous allaitez ; vos cheveux ; une serviette ; un vêtement ; un mouchoir en papier ;
- un anneau en bois de tringle à rideaux.

Acquisitions

- Toucher
- Réflexes
- Développement psychoaffectif et cognitif
- Phonétique

Déroulement de l'atelier

- Le contact avec la paume de votre main, la caresse, est la première texture qu'il découvre à la naissance. Avec le dos de votre main, l'aspect est un peu plus rugueux. Déplacez votre main avec une légère pression sur son ventre, le long de ses mollets, sur le dos et la plante de ses pieds. Vous pouvez toucher sa peau à n'importe quel endroit du corps, qu'il pleure ou qu'il soit calme, cela l'apaise.
- Faites glisser légèrement le mouchoir en papier le long de ses avant-bras, de ses joues, de son cou.
- De même, placez-lui l'anneau en bois dans la main. Son *grasping* fera qu'il le retient et, l'air de rien, il découvre ainsi quelque chose de ferme, de solide : il mémorise la texture.
- Lorsque vous lui enfileriez son body, posez celui-ci sur son ventre avant pour qu'il le sente. De même pour les chaussons, faites-les glisser le long de ses jambes, vers les pieds.
- Pour chaque étape, expliquez-lui ce que vous faites, donnez le nom de la texture. Chaque contact est aussitôt transmis à son cortex avec un mot associé.

Massages pour bébé

0-3 mois

Votre enfant a pris goût au contact doux et chaud du liquide amniotique pendant 9 mois. Subitement, le voilà dans un environnement aérien, à la recherche de nouveaux repères. Le masser permet de développer la relation avec lui et stimule la production d'ocytocine, une hormone de l'attachement. N'hésitez pas à masser son ventre, à palper ses muscles, à mobiliser doucement ses articulations.



Matériel

- Vos mains ; une huile végétale (pépins de raisin, olive) ou toute crème qui hydrate.



Acquisitions

- Toucher, olfaction
- Réflexes
- Sommeil
- Attachement, développement psychoaffectif et cognitif



Quand ?

- Après le bain, lors du séchage par exemple ; à distance des repas pour ce qui est du massage du ventre (au moins 30 min).



Où ?

- Dans une pièce calme et de luminosité douce. Veillez à ce que la température de la pièce soit adaptée (18 °C si habillé, 22 °C dans la salle de bains s'il est dévêtu).

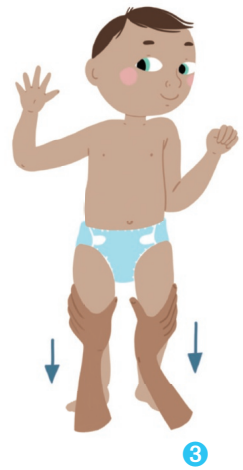


Comment ?

- En l'allongeant, nu ou au travers des vêtements, sur la table à langer.

★ Déroulement de l'atelier

- Commencez par des petits massages de quelques minutes, en observant ses réactions : s'il se raidit, patience, caressez-le, n'insistez pas, ce n'est peut-être pas le bon moment ; recommencez plus tard.
- Débutez par ses jambes (mollets, pieds), son dos, ses bras : ce sont des zones fréquemment touchées lorsque vous le prenez dans vos bras, il ne sera pas surpris ❶.
- Poursuivez avec le visage, le cou, le cuir chevelu (n'ayez pas peur de toucher ses fontanelles, pas de danger, il appréciera), les oreilles, les poignets en les mobilisant doucement, en les encerclant avec votre main ❷.
- Par endroits, appuyez plus fermement sur les muscles, puis relâchez. Glissez avec votre main, faites des petits cercles avec votre pouce et votre index ❸.
- L'expérience venant, vous pourrez lui masser le ventre dans le sens des aiguilles d'une montre en partant du bas-ventre à droite. Faites des cercles paisibles, sans trop appuyer : cela aide à la digestion, au sommeil.



Le conseil du pédiatre

- Parfois, un simple contact avec vos mains à plat suffit, un peau à peau sans bouger. N'insistez pas s'il se crispe, tous les bébés n'aiment pas être massés. Mettez-le en confiance, parlez-lui, chantez, faites-le chaque jour au même moment et au même endroit.

Petites comptines pour rire

Votre nouveau-né vous écoute, il sait qui vous êtes, il s'est habitué à certaines de vos intonations, à vos rires. Et vous le remarquez dès les premiers jours : votre voix l'apaise. Alors, n'hésitez pas à lui parler, à chantonner ou à raconter des petites histoires. Le principe d'une comptine est qu'elle est simple et rythmée. Il prend ainsi conscience des sons et des syllabes de sa langue natale. La répétition de certains mots va attirer son attention et il pourra ainsi se construire un petit répertoire, prémisses des sons du langage à venir.

Matériel

- Votre voix ; votre visage ; vos mains.

Acquisitions

- Audition
- Réaction comportementale, comportement instinctif
- Développement psychoaffectif et cognitif

Quand ?

- Dès l'instant où il est éveillé.

Comment ?

- Vous allez adapter des petites comptines, qui se récitent plus qu'elles ne se chantent.

Déroulement de l'atelier

- Approchez votre visage qu'il reconnaît aussitôt. Lorsqu'il vous fixe, parlez-lui, de n'importe quoi, dites des mots doux : « *Comment as-tu dormi mon bébé d'amour ?* » ; « *Il est beau mon bébé !* »... N'hésitez pas à l'appeler par son prénom.
- S'il est calme, qu'il accroche, passez à la suite : la petite comptine. Vous pouvez être inventif et pourquoi pas

lui raconter régulièrement les mêmes petites histoires, courtes, avec des mimiques de votre visage, des papouilles ou des mobilisations de ses mains, de ses bras, de ses pieds.

- Vous pouvez opter pour un grand classique, par exemple la comptine du **meunier**, à accompagner par des mouvements de ses bras qui tournent de plus en plus vite, il va adorer :

Meunier, tu dors,
ton moulin va trop vite,
Meunier, tu dors,
ton moulin ton moulin va trop fort,
Ton moulin, ton moulin va trop vite,
Ton moulin, ton moulin va trop fort.
Cette répétition des mots va stimuler
sa curiosité.
Il y a aussi Am, stram, gram.

- Avec l'âge, vous utiliserez des comptines plus élaborées, comme « Savez-vous planter les choux, à la mode, à la mode, etc. » par exemple, qui associent une gestuelle (on montre le doigt car on plante avec le doigt...) à la parole.



Le conseil du pédiatre

- La comptine sert aussi à s'endormir, mais sans les mouvements et plus lentement. L'objectif sera alors l'apaisement et non la stimulation.

En grande conversation

Vous le savez, bébé doit dormir sur le dos. Mais il ne faut pas vous priver de le mettre très régulièrement sur le ventre dans la journée, par séances de 15 min, voire 30, à renouveler selon le temps dont vous disposez. Bien entendu, vous restez à côté de lui lors de ces séances. Nombreux sont les avantages qui sont décrits en divers endroits de ce livre. Ici, nous parlerons de votre voix à transmettre sur sa cage thoracique. En effet, un bébé aime par-dessus tout les microvibrations, cela l'apaise et l'enveloppe.



Matériel

- Votre main (ou les deux) posée(s) sur son thorax ; votre voix.



Acquisitions

- Toucher, audition
- Phonétique



Quand ?

- Lorsque votre bébé est détendu, sur le ventre ou sur le dos.



Déroulement de l'atelier

- Placez la paume de votre main bien à plat sur son thorax (nu ou au travers de son body), sans le comprimer, et restez immobile.
- S'il est sur le dos, fixez-le du regard et parlez-lui. Vous pouvez aussi lui lire une petite histoire.
- Le principe est que le son de votre voix et les vibrations de vos cordes

vocales vont être transmises par votre bras, votre avant-bras, puis votre main à plat. Cela agira comme une « caisse de résonance » de manière douce dans son thorax. Ces microvibrations le calmeront et lui montreront que vous êtes là, bien présent pour lui.

Le conseil du pédiatre

- Réchauffez un peu vos mains en les frottant avant de commencer. La voix grave de papa est mieux transmise, qu'il n'hésite pas à pratiquer !

Bouge, petit jouet !

Peu à peu, dans les jours qui suivent sa naissance, votre bébé ouvre grand les paupières. Cependant, il va encore mettre un peu de temps à suivre du regard. Au début, il fixe vos lunettes, vos cheveux, tout ce qui est contrasté et proche de son visage, de 30 à 50 cm environ. Dès 4 semaines, il suivra les mouvements très lents. C'est ce que nous allons stimuler ici.

Au tout début, il a une vision monoculaire (l'image sur l'œil droit et celle sur le gauche sont superposées). À partir de 4 mois, l'évolution se fera d'autant mieux vers une vision binoculaire. Ce petit exercice va stimuler l'évolution vers ce 2^e stade, lui apprendre à détecter les mouvements et à converger.



Matériel

- Un jouet, un objet : au début en noir et blanc, et à partir de 6 semaines rouge et/ou vert, couleurs qu'il

commence à percevoir. Ce peut être aussi un jouet en bois, en respectant les contrastes.



Acquisitions

- Vision, accrochage des yeux
- Réaction comportementale



Déroulement de l'atelier

- Le principe est d'accrocher tout d'abord son regard sur l'objet, le jouet, devant lui.
- Vous déplacez très lentement l'objet à environ 40 cm vers la droite, puis vers le milieu à nouveau, enfin vers la gauche.
- Si vous sentez qu'il suit bien, vous pouvez au début faire deux cycles, pas plus, pour ne pas le fatiguer. Avec le temps, il reconnaîtra l'objet

(utilisez le même) et aura plaisir à le suivre avec plus d'habileté, et plus longtemps. Par la suite, il voudra le saisir.

- Si vous avez un mobile de type Munari (cf. p. 10), vous pouvez vous servir d'une des formes en noir et blanc pour la déplacer comme décrit ci-dessus. Vous pouvez faire de même avec les mobiles en couleur.

Choisir et placer son portique

Dès l'instant où bébé ouvre bien les yeux, tout ce qui se trouve à environ 30 à 50 cm de lui va l'intéresser, même s'il ne sait pas encore se servir de ses mains. Un portique avec des objets adaptés suspendus l'accompagnera et stimulera son éveil.

Matériel

- Un portique, de préférence en bois, interchangeable ;
- avec si possible des objets suspendus un coussin d'allaitement.

Acquisitions

- Cognitif : coordination œil-main, accrochage des yeux
- Toucher
- Réaction comportementale
- Vision : fixation, convergence, vision des couleurs, accommodation, détection des mouvements

Quand ?

- Évitez le portique avant d'aller au lit. Favorisez des séances de 15 min plusieurs fois par jour.

Où ?

- Couché dans son lit, sur un petit matelas, dans un transat.



★ Déroulement de l'atelier

- Le principe est d'installer votre bébé sous ce portique (sécurisé, en veillant à ce que les objets ne se détachent pas ❶). Ceux-ci doivent être à hauteur de ses mains.
- N'hésitez pas à l'installer dans le coussin d'allaitement (replié autour de lui) à terre sur le dos. Ainsi ses bras seront déjà projetés un peu en avant, ce sera plus facile pour lui de les lancer vers les éléments du portique ❷.
- Au début, il les regardera, puis il tapera dedans, constatera que c'est lui qui les fait bouger, ce qu'il trouvera très amusant. Ainsi, il prendra conscience de l'appartenance de ses mains. Une sensation agréable se développera lorsqu'il arrivera à saisir un des éléments et à s'y accrocher quelques instants : découverte de la préhension puis du lâcher prise. Il prend donc conscience de la cause et de l'effet.
- Lors des premières semaines, privilégiez des éléments suspendus en noir et blanc. Puis ajoutez des couleurs primaires à partir de 6 semaines (vert, rouge, etc.)
- Les objets pourront ensuite avoir des formes plus variées après 2 mois : sphères, cylindres, grosses perles, etc.
- Après 3 mois, quand il saisira les éléments de manière coordonnée, il sera temps de lui proposer des hochets.



Le conseil du pédiatre

- Dosez la durée des séances. N'hésitez pas à participer avec lui s'il s'énervé parce qu'il n'arrive pas à attraper, montrez-lui ou écoutez la séance.

Ainsi font, font, font

C'est un des grands classiques chez un bébé dont il ne faut pas se priver, car il va adorer. Dès l'instant où il commence à vous fixer du regard, à regarder au-delà de 30 à 50 cm (vers 4 semaines), cette animation si simple devant ses yeux va provoquer beaucoup d'intérêt et d'avantages.



Matériel

- Vos mains ; votre voix.



Acquisitions

- Réflexes de fixation et convergence
- Espace de vision, accommodation, détection des mouvements
- Communication, socialisation
- Développement psychoaffectif



Déroulement de l'atelier

- Installez-le dans son transat face à vous, ou couché sur le dos, ou encore dans vos bras, dos contre vous.
- Approchez vos mains de son visage, mais pas trop près pour qu'il n'ait pas besoin de trop converger ses yeux. 80 cm à 1 mètre, c'est très bien.
- Positionnez vos mains l'une face à l'autre, il les fixe du regard, puis effectuez le mouvement des marionnettes, doucement, pas trop vite, soit dans le même sens, soit en sens inverse.
- Chantez : « Ainsi font, font, font, les petites marionnettes, ainsi font, font, font, trois p'tits tours et puis s'en vont... »
- Chaque bébé apprécie, car il y a la surprise de découvrir vos mains, dont il ne se lasse pas. Les mouvements rotatifs de vos mains, il va peu à peu prendre conscience qu'elles sont une prolongation de vous-même, vont l'intriguer. Votre voix qui accompagne le rassure, il comprend que ce moment de partage n'est rien que pour lui, une intimité s'engage, une communication.
- Il va devoir choisir : quelle main regarder ? Excellent exercice pour les fonctions cognitives.

Le conseil du pédiatre

- Lentement au début, vous pouvez peu à peu accélérer, et alterner en faisant disparaître vos mains, avant de recommencer.

Tu me berces, je me rassure

Le bercement va donner confiance à votre enfant, il retrouvera les sensations de flottement du liquide amniotique. Il contribue en particulier à l'inhibition des réflexes primitifs dont nous avons parlé en introduction (Moro, extension croisée, succion, points cardinaux, tonique du cou, etc.) ce qui permettra le bon développement des réflexes posturaux (retournement, poussée sur les avant-bras, lever de la tête, etc.)

De plus, les pleurs d'un bébé sont parfois difficiles à interpréter : faim ? Coliques ? Froid ? Chaud ? Douleur dentaire ? Inquiétude ? Dans tous les cas, il faut se rappeler qu'il ne fait pas de caprice. Il est primordial de le rassurer en le berçant, pour son bon développement sur le plan psychoaffectif et pour tisser un bon lien et nourrir sa confiance en lui.



Matériel

- Vos bras ; votre voix.



Acquisitions

- Inhibition des réflexes primitifs
- Structuration spatio-temporelle
- Sommeil
- Développement psychoaffectif et cognitif



★ Déroulement de l'atelier

- Dans vos bras, bébé est la plupart du temps immédiatement calmé, il retrouve une sensation de « cocon » qui lui rappelle sa vie intra-utérine. Cet environnement sécurisant va apaiser ses peurs et donc l'excitation de son système nerveux central.
- Le bercement doit être doux, répétitif. Dans vos bras, n'hésitez pas à le redresser un peu, plutôt que complètement à l'horizontale (c'est mieux s'il a des reflux). Tenez-le soit en position dorsale, soit en position ventrale, voire latérale. Vous pouvez marcher lentement (pas sur les talons), mais ce n'est pas obligatoire.
- Vous trouverez très vite la position et le mouvement parfaits, ceux qui lui conviendront le mieux.

Le conseil du pédiatre

- Ne le bercez pas si vous êtes vous-même stressé, tendu, nerveux, car il le sentira et cela aura l'effet inverse. N'hésitez pas à vous partager les rôles avec votre conjoint. Si vous vous sentez vous-même fatigué ou angoissé, déléguez, vous ne serez que plus performant après-coup.

Tu me parles, je te reconnais

Votre nouveau-né reconnaît les voix de sa maman et de son papa. Prenez le temps de lui parler, en articulant, en prenant le soin de ne pas avaler les mots, mais en évitant de lui parler « bébé » comme on a trop tendance à le faire. Le timbre de votre voix est identifié depuis un moment : déjà dans votre ventre, il vous entendait.

Son audition est très développée, cela favorisera son éveil, l'aidera sur le plan phonétique, pour la mémorisation progressive du vocabulaire et pour la compréhension des ordres et consignes à venir.

Matériel

- Vos lèvres ; votre voix.

Acquisitions

- Audition
- Socialisation
- Développement psychoaffectif et cognitif : phonétique, vocabulaire

Quand ?

- Lorsqu'il est calme, attentif et détendu, mais pas encore dans une phase de sommeil.

Comment ?

- En le couchant devant vous sur la table à langer par exemple, retenu dans vos mains appliquées sur ses omoplates et sa nuque, légèrement

relevé, votre visage près du sien ❶.
Ou installé sur vos genoux alors que vous êtes assis et que vous vous penchez vers lui ❷.

Voir les dessins page suivante

★ Déroulement de l'atelier

- Parlez-lui lorsqu'il a les yeux ouverts ; il sait désormais fixer du regard, maintenez votre visage près de lui. Tous les sujets sont bons. L'objectif est de capter son attention avec votre voix, prononcez les mots normalement, n'allez pas trop vite, évitez les phrases longues. Parlez dans votre langue maternelle. Si l'un de vous parle une autre langue, il fera de même.
- Observez ses réactions. Dites-lui aussi bien des mots d'amour que des mots ayant trait à ce que vous avez fait dans la journée ou que vous allez faire. Il va comprendre davantage de choses que vous ne le pensez. Votre intonation, votre manière d'appuyer sur certaines syllabes, la répétition de mots y contribuent..



Le conseil du pédiatre

- Même si vous êtes triste ou que vous venez d'avoir une contrariété, expliquez-lui les choses avec des mots simples, ne cherchez pas à lui cacher, vous entreriez dans un processus de déni

Sur le ventre, je me muscle

Un bébé doit toujours dormir sur le dos, et cela jusqu'à 4 à 6 mois, âge où il se retourne de lui-même. Cependant, cela ne doit pas vous empêcher de le mettre sur le ventre comme nous le décrivons ici, par petites périodes et toujours sous surveillance, afin de développer ses appuis, la tonicité des muscles de son cou, l'éveil à l'espace qui l'entoure. De plus, cela participera à la prévention d'une plagiocéphalie, cette tête plate dont on parle beaucoup. Cela aidera également à la récupération d'un éventuel torticolis, parfois présent à la naissance. Enfin, il bougera ses jambes, ce qui lui permettra de masser son ventre, ce qui est très bon pour diminuer les risques de coliques.



Matériel

- Éventuellement une petite serviette roulée sous ses épaules pour le surélever (de quelques centimètres).



Acquisitions

- Toucher
- Tonus musculaire
- Motricité globale
- Structuration de la latéralité et spatio-temporelle



Déroulement de l'atelier

- Sur la table à langer ou un support semi-dur ou alors sur votre ventre si vous êtes allongé(e), retournez-le avec précaution sur le ventre. Il va spontanément redresser la tête, de manière saccadée les premiers jours.
- Maintenez-le stable grâce à une de vos mains sur son bassin, pour qu'il ne bascule pas sur le côté.
- Placez ses bras à plat de part et d'autre de sa tête.
- Lorsque sa vision sera davantage développée, mettez votre visage à sa portée, tout en lui parlant, tantôt vers sa droite, tantôt vers sa gauche afin qu'il exerce spontanément des rotations qui développeront ses muscles du cou, de manière symétrique.
- Renouvelez l'action plusieurs fois par jour ; plus vous le ferez, plus il appréciera. Si vous ne l'y avez pas habitué dès les premiers jours, il n'aimera peut-être pas ce moment : ne le forcez pas s'il pleure, faites alors des séances courtes pour commencer.

Dans le bain, je flotte

Votre bébé a passé sa vie fœtale dans le liquide amniotique. Quoi de mieux pour lui que de retrouver les sensations de flottement, en apesanteur ? Dès la naissance, le voilà subitement déboussolé, sans repères. Le faire flotter dans l'eau du bain lui apportera du bien-être et stimulera sa structuration spatio-temporelle.



Matériel

- L'eau à bonne température (idéalement 37 °C) ;

la salle de bains à 22 °C ; vos mains et une serviette propre et sèche.



Acquisitions

- Toucher
- Réaction comportementale

- Structuration spatio-temporelle



Déroulement de l'atelier

- Mettez-vous à genoux pour bien maîtriser les mouvements. Vous prendrez de l'assurance avec les semaines.
- Installez-le dans l'eau du bain (pourquoi pas au départ sur un transat de bain).
- Laissez ses jambes pendre dans l'eau, celles-ci remontant jusqu'à la limite de son abdomen et de son thorax, pas plus.
- Si vous le sentez partant, faites-le glisser vers le bas, de façon à ce que son corps entier soit dans l'eau, en retenant avec une main sa tête et avec l'autre son dos à hauteur du bassin (retirez le transat au préalable).
- Puis délicatement, déplacez-le dans l'eau, une partie de son corps flotte, laissez-le bouger ses jambes, les taper dans l'eau.
- Il va s'éclabousser, observez sa réaction, au début il sera étonné, puis y prendra goût.
- Vers 2/3 mois, il sera davantage proactif et fera le pédalo avec ses jambes.
- Sa tête à l'horizontale, ayez le visage juste au-dessus de lui pour le rassurer.
- Déplacez-le ainsi dans la baignoire.

Le conseil du pédiatre

- Attention à bien fermer le robinet d'eau chaude pour éviter toute brûlure accidentelle. Guettez ses réactions, s'il n'aime pas le contact avec l'eau, allez-y progressivement.

Bébé, les ballons volent

C'est une activité très simple qui émerveillera votre nourrisson quand il sera couché sur le dos. Les ballons gonflés d'hélium suspendus au-dessus de lui, vont le rendre proactif. Sa vision et son accommodation seront stimulées.



Matériel

- Des ballons de couleur en latex ;
- une bouteille d'hélium E939³ ;
- de la ficelle non coupante.



Acquisitions

- Vision : couleurs, accommodation, réflexe de convergence
- Comportement instinctif
- Structuration spatiale et latéralité
- Relation de cause à effet



Quand ?

- Dès l'instant où il ouvre bien les yeux, fixe et suit bien du regard, à partir de 6 semaines environ. Il ne faut plus proposer cette activité si votre bébé commence à se retourner sur le côté ou sur le ventre.



Où ?

- Dans sa chambre ou dans le salon. À faire en intérieur pour éviter le vent.



Comment ?

- Il est sur le dos, sur son tapis d'éveil, ou sur un tapis. Ne prolongez pas trop la séance, du moins au début, pour ne pas l'énerver, ce n'est pas l'effet recherché.

3. Gaz autorisé en France, une bouteille d'environ 3 kg se trouve facilement dans les magasins d'accessoires pour les anniversaires.

★ Déroulement de l'atelier

- Accrochez un ballon à une ficelle et l'autre extrémité à son poignet, en veillant à ne pas trop serrer. Le nœud peut se faire sur son vêtement pour éviter que ça ne frotte sur sa peau.
- Laissez une longueur d'environ 80 cm entre le ballon et le poignet. Le ballon est maintenu en l'air grâce à l'hélium.
- Votre bébé bouge spontanément les bras et va vite se rendre compte que cela provoque un mouvement du ballon qui va se rapprocher de lui, puis remonter, et ainsi de suite.
- Au début, il sera surpris, s'interrompra pour fixer le ballon qui remontera au-dessus de lui. Puis de joie, il battra des bras, ce qui provoquera à nouveau des mouvements du ballon.
- S'il aime, vous pourrez accrocher un ballon à chaque poignet, voire un 3^e à une cheville, encore plus drôle.



Le conseil du pédiatre

- Veillez à la solidité des ballons pour qu'ils n'éclatent pas ; il vaut mieux n'avoir aucun objet ni meuble dans un périmètre de 2 mètres, et ne jamais le laisser seul.

Portage en écharpe, j'aime !

Profitez des ateliers organisés par les sages-femmes en maternité lors de votre accouchement pour maîtriser la technique du portage : ce sera l'occasion de choisir le type de maille et de nœud que vous préférez. Ses bienfaits ne sont plus à prouver : en contact direct avec vous, votre enfant sent vos muscles bouger lorsque vous vous déplacez, ce qui le masse et prévient les coliques ; il s'apaise après les repas, son sommeil s'en trouve conforté, cela favorise la création du lien d'attachement et stimule ses sens. Enfin, la chaleur de votre corps en peau à peau l'enveloppe comme un nid. Porter son bébé, ce n'est pas le « gâter », c'est lui donner l'environnement nécessaire pour qu'il devienne un adulte bien construit.



Matériel

- Une écharpe tissée (le plus souvent 100 % coton, ou en coton mélangé avec du chanvre ou de la soie).



Acquisitions

- Toucher, olfaction, audition
- Tonus musculaire, transit intestinal
- Développement psychoaffectif
- Sommeil



Quand ?

- À tout moment, selon sa demande et votre disponibilité, dès la naissance.



Comment ?

- Le portage peut se faire en ventral ou en dorsal. Choisissez la technique qui

vous convient à vous, parents, et à votre enfant.



Où ?

- À la maison, pour faire vos courses, pour vous déplacer.

★ Déroulement de l'atelier

Une fois votre écharpe de portage adoptée, voici quelques actions qui vont stimuler son développement :

- Positionnez régulièrement vos mains contre son dos, son bassin, autour de sa tête : le contact direct va stimuler la sécrétion d'ocytocine, une hormone qui contribue à l'attachement.
- Lors de vos déplacements, touchez et massez-lui le cuir chevelu, cela ira dans le même sens et favorisera le

développement des muscles du cou (prévention de la plagiocéphalie).

- Favorisez la position verticale, cela aide pour les rots et la vidange de l'estomac vers le bas après le repas, ce qui diminue les reflux.
- Parlez-lui régulièrement, votre bouche est à portée de ses oreilles, rien de tel pour l'apaiser. Dites-lui par exemple ce que vous êtes en train de faire.



Le conseil du pédiatre

- Évitez de le porter plus d'une heure dans la même position. Vérifiez régulièrement que sa tête, son cou et sa poitrine sont bien droits pour lui permettre de bien respirer. Évitez le portage où tout le poids de bébé repose sur l'entrejambe.

Badminton, mon petit volant

L'objectif de cet atelier est de faire découvrir à votre enfant les textures et la forme avec un objet qu'il peut tenir aisément. Il fonctionne parfaitement avec le volant de badminton, objet souple, léger, facile à attraper par sa forme conique et qui ne présente aucun danger.



Matériel

- Un volant de badminton lavable, en plastique, en bon état.



Acquisitions

- Vision : fixation et convergence, accommodation
- Toucher
- Réflexes primitifs
- Motricité fine



Quand ?

- Dès qu'il ouvre sa main et la referme pour saisir, même de manière encore primitive. Cette activité est à proposer régulièrement. Ne faites plus cet atelier lorsqu'il a ses premières dents.



★ Déroulement de l'atelier

- Placez-vous face à lui de façon à ce qu'il vous observe.
- Présentez-lui le volant, déplacez-le doucement devant lui, il suit un peu du regard (sa vision est en pleine évolution à cet âge).
- Ses mains s'agitent devant lui, il ne sait pas encore les diriger. Approchez le volant d'une de ses mains pour un premier contact au cours duquel il découvre la matière et la forme de cet objet : sa forme conique lui permet de le saisir lorsqu'il ouvre la main et la referme sur le volant.
- Sa légèreté et sa prise facile lui permettent de l'agiter, de constater qu'il reste dans sa main, qu'il a une action dessus.
- Sa forme complexe (pleine à un bout, vide à l'autre) lui offre des perceptions sensorielles nouvelles et différentes selon la prise.
- Expliquez-lui : « *C'est pour toi, tu peux jouer avec.* » Il ne comprend pas, mais il est rassuré, il prend confiance, tenir un objet dans sa main est nouveau pour lui.

Les conseils du pédiatre

- Veillez à ce que les bords ne soient pas coupants ou pointus, privilégiez un volant neuf.
- Vous pourrez aussi alterner les couleurs.

Les petites bulles qui volent

Des petites bulles de savon qui volent permettent à votre enfant de développer un certain nombre d'aptitudes, notamment celle de souffler par la bouche.



Matériel

- Un kit tout prêt, ou fabriqué par vous. Pour la seconde option, mélangez 100 ml d'eau, 25 ml de liquide vaisselle, 1,5 cuillère à café de sucre,

½ cuillère à café de fécule de maïs (Maïzena). Prévoyez du fil métallique cure-pipe pour la baguette.



Acquisitions

- Toucher, vision
- Motricité fine
- Socialisation
- Attention, imagination



Déroulement de l'atelier

- Sous ses yeux, trempez la baguette dans le liquide, et soufflez pour créer des bulles.
- Laissez-le observer les bulles qui s'envolent, se déplacent, et expliquez-lui ce qu'il voit : « *Les jolies bulles qui volent* ».
- Une fois qu'il tient assis et maîtrise le mouvement de ses mains, il va chercher à les attraper. Montrez-lui une bulle posée sur son bras.
- Plus grand, faites des bulles qui ont diverses formes, voire des bulles géantes, et demandez-lui à quoi ça ressemble : « *Oh, on dirait un gros bonhomme* ».
- Vers 9 à 12 mois, préparez avec lui la composition du liquide : expliquez-lui de quoi il s'agit en veillant à ce qu'il ne mette pas le liquide dans sa bouche, expliquez-lui qu'il ne doit pas le faire.
- Pendant sa deuxième année, vous pourrez lui montrer comment souffler pour faire lui-même les bulles. Cela lui permettra de comprendre son anatomie, d'apprendre à expirer volontairement, ce qui servira plus tard à l'apprentissage du « souffler par le nez » et donc au mouchage.

De 3 à
6 mois

Vous avez appris à mieux connaître votre bébé, qui devient d'ailleurs un « nourrisson » dès l'âge de 2 mois, quittant son statut de nouveau-né. Désormais, il vous suit bien du regard, il vous sourit, il pleure probablement moins qu'au cours des premiers mois. Son alimentation est encore 100 % lactée, jusqu'à la diversification qui se fera entre 4 et 5 mois. C'est donc une tranche d'âge où vous êtes nettement plus dans le partage avec votre enfant, dans l'interaction.

Les étapes essentielles dans cette période

Chaque enfant a son rythme propre ; certains développeront des acquis à 4 mois, d'autres le feront un peu plus tard.

Dans cette tranche d'âge, le néocortex⁴ devient dominant sur le tronc cérébral. Ce dernier va continuer de prendre en charge la gestion de ce qu'on appelle le système neurovégétatif (qui permet de réguler différentes fonctions automatiques de l'organisme : digestion, respiration, circulation artérielle et veineuse, pression artérielle, sécrétion et excrétion d'hormones ou d'enzymes).

Sur le plan moteur

- Vous le remarquez, votre enfant tient désormais sa tête dans tous les axes. Le dos se développe en cyphose, c'est-à-dire que la partie haute devient plus convexe, ce qui est normal.
- Il va au contact des éléments devant lui avec sa paume, ses doigts qui se replient et saisissent. Mais il explore aussi avec le dos de ses doigts.
- Il prend encore les gros objets de manière maladroite, ce qu'on appelle la prise cubito-palmaire : entre la paume et les trois derniers doigts de sa main.
- Ses deux mains entrent en compétition, il ne sait pas encore laquelle domine.
- Il commence à se retourner : attention à la chute de la table à langer. Au début, il se retrouvera sur le côté, un peu coincé, puis passera sur le ventre.

4. C'est le centre des fonctions cognitives supérieures comme la perception, la prise de décisions ou encore le langage

Sur le plan visuel

- Il sait dès 3 mois fusionner les deux images envoyées par chaque œil vers son cerveau, il ne verra plus « double ».
- Son réflexe de convergence des yeux s'acquiert vers 4 mois, vous le voyez lorsque vous approchez progressivement un objet de ses yeux, il va le fixer et se mettre à « loucher ».
- Spontanément, le strabisme (défaut de parallélisme de l'axe des yeux) disparaît : en effet, dans les premiers mois, il lui arrivait parfois de « loucher » : ceci va disparaître au plus tard à 6 mois. Il voit désormais aussi le bleu et le jaune.
- Il détecte les mouvements lents à une plus grande distance de lui, à quelques mètres.
- Avec ses yeux, il devient capable de vous interpeller du regard en vous regardant et en fixant les yeux sur vous, tout en suspendant son activité.

Sur le plan auditif

- Il entend votre voix chuchotée à 1 mètre.
- Le pédiatre va pouvoir faire d'autres tests pour apprécier son audition : il utilisera des jouets calibrés en fréquence et en intensité pour observer son comportement et obtenir un réflexe d'orientation (le nourrisson tourne la tête vers la source sonore). Cela vient en complément des otoémissions⁵, qui avaient été testées au 3^e jour à la maternité.

Le toucher

- Le toucher-massage reste essentiel, il permet à votre enfant de ne pas souffrir de « dysharmonies de son schéma corporel », c'est-à-dire d'une éventuelle difficulté à intégrer l'espace et le temps, pouvant entraîner des pleurs et/ou une mauvaise image de soi.

5. Ce sont des sons de faible intensité engendrés par l'oreille interne, que l'on peut dépister très tôt chez le bébé pour éliminer une surdité congénitale.

Structuration dans l'espace

- À partir de 3 mois, l'enfant entre dans la 2^e étape de sa structuration spatiale (après la période du « subi » des 3 premiers mois) : cette 2^e phase est celle du « vécu », du sensorimoteur. Il adapte son mouvement au phénomène par appréciation de type réflexe, il va mimer l'adulte.
- Sa capacité désormais à déplacer ses yeux verticalement, mais aussi horizontalement, et à se tourner lui permet de structurer sa place dans l'espace. D'où la nécessité de ne pas laisser un nourrisson tout le temps dans un transat ou dans son lit.

Notion temporelle

- Il ne peut pas encore donner la même valeur au temps qu'un adulte, bien sûr. Pour lui, sa perception du temps s'organise autour d'une attente : « le biberon ne vient pas assez vite ».

Le langage

- Ses vocalises s'adaptent en fonction de ce qu'il ressent ou voit. Il sourit au miroir, il se tourne vers la voix de sa mère. Il en rajoute par des bruits émis par ses cordes vocales, dont il comprend peu à peu que ça provient de lui.

Développement psychoaffectif et cognitif

- Entre 3 et 6 mois, votre enfant se structure entre sa perception des éléments (sa sensorialité) et ses pensées (on parle de pulsions). Tout ceci favorise des tensions internes : cris subits, positions mal supportées, refus du biberon par moments, réveils nocturnes, frustration...
- Il va chercher le plaisir et éviter le déplaisir, à sa façon, avec les moyens dont il dispose à cet âge (évitement, refus, suçotement du pouce).

Les trois premiers mois sont passés, il vous voit bien, il vous sourit aux anges, il porte tout à sa bouche, vous l'avez peut-être déjà habitué au séjour en crèche ou auprès d'une assistante maternelle, et vous êtes déjà en train de vous dire que le temps passe trop vite. Patience, vous trouverez ici tout ce qu'il faut pour profiter de lui tout en le stimulant.

De toutes les couleurs

Sur le ventre, depuis peu, votre enfant appuie sur ses avant-bras et redresse la tête. Présenter devant lui des objets de couleur lorsqu'il est dans cette position est une étape essentielle pour lui donner envie de lancer le bras pour les attraper.



Matériel

- Des petits objets de couleurs contrastées, pas de tons clairs (rouge, vert au début, puis bleu et jaune
- à partir de 4 mois) : petite balle, ruban, pièce de tissu, hochet, grelots, anneau, etc.



Acquisitions

- Vision
- Développement moteur
- Fonctions cognitives
- Socialisation



Déroulement de l'atelier

- Mettez votre enfant le tapis d'éveil ou toute surface plane sur le ventre, et disposez l'objet devant lui à 20 ou 30 cm de ses mains.
- Tout en le stabilisant avec une main appuyée sur son bassin pour qu'il ne bascule pas, déplacez l'objet ou le jouet devant lui, lentement, de la droite vers la gauche, puis inversement.
- Commencez toujours du même côté : votre enfant aime les rituels, l'ordre dans lequel les choses s'accomplissent. Il tournera les yeux, puis la tête. Tant qu'il accroche, poursuivez.
- À un moment donné, il lancera une main vers l'avant, pour essayer de saisir l'objet. Cette étape décisionnelle est importante pour lui.
- En levant un bras, il devra apprendre à se rééquilibrer sur le ventre pour ne pas basculer du côté où la main ne prend plus appui, ce qui est excellent pour son développement moteur.
- Laissez-le saisir l'objet et voyez ce qu'il en fait. C'est sa récompense.
- Félicitez-le et nommez l'objet.
- S'il reste attentif, continuez avec un autre jouet.

Le conseil du pédiatre

- Ne faites pas de mouvements trop rapides, donnez-lui envie de suivre des yeux ce qu'il voit.

Jeu du miroir

Voir sa propre image dans un miroir est une étape essentielle dans le développement et la constitution du Soi. Au début, le bébé perçoit l'image de quelqu'un qui semble l'interpeller. Il va chercher à lui répondre, à s'en approcher, à le saisir. Si vous êtes, vous aussi, dans le reflet du miroir, vous constaterez qu'au début, il ne sait pas encore qui est qui. Peu à peu, il comprendra qu'il s'agit de lui, son image rejoint la notion d'image narcissique (amour qu'il se porte à lui-même), relais complémentaire de l'image dans le miroir primitif (dans les yeux d'autrui, la maman, le papa). La constitution du Soi est la base du concept d'identité, et donc d'autonomie.

Matériel

- Un large miroir rectangulaire fixé au mur (verre épais et sécurisé), à ras du sol, juste au-dessus de son tapis d'éveil ou du tapis d'activité.

Acquisitions

- Vision : fixation, espace, détection des mouvements
- Tonus musculaire du cou
- Comportement instinctif
- Développement cognitif
- Confiance en soi

Déroulement de l'atelier

- Mettez votre enfant sur le ventre près du miroir : il relèvera la tête, se regardera, puis observera ce qu'il y a autour.
- Se voyant lui-même bouger, l'image le captivera, ainsi que l'environnement plus statique.
- Une fois qu'il saura se retourner (vers 3 à 4 mois), il s'en rapprochera en roulant, ce qui lui permettra de toucher l'image qu'il voit et de peu à peu s'identifier. Il devient ainsi proactif.
- Quand, plus tard, il se tiendra debout (vers 8 à 10 mois). N'hésitez pas à installer une barre de maintien le long du miroir ; il pourra cheminer, se retourner, s'observer sous d'autres angles.

Le conseil du pédiatre

- Évitez le miroir contre le lit, car il sera trop stimulé, ce qui peut nuire à l'endormissement.

À l'abri sur mon tapis

Installer son nourrisson sur un tapis d'éveil offre un certain nombre d'avantages : il s'y sent bien grâce au moelleux du tapis, les bruits y sont absorbés. De plus, il découvre des textures différentes, des couleurs différentes, son espace de vision s'étend peu à peu, lui donnant envie d'explorer, puis de s'y déplacer (en roulant, en basculant au début). Sa main sera son outil, véritable instrument de l'intelligence. De plus, le tapis est une bonne alternative au transat ou au parc.



Matériel

- Il existe toutes sortes de tapis d'éveil. Il comportera un certain nombre de possibilités : tissus différents à manipuler, rubans de satin, « pouet pouet », miroir intégré, jouets à cacher dans une poche, petite arche en tissu, carillon-oiseau, etc.



Acquisitions

- Toucher, audition, vision des couleurs
- Tonus musculaire, motricité globale, puis fine
- Autonomie comportementale
- Structuration de la latéralité et spatio-temporelle



Quand ?

- Régulièrement, car le rituel du tapis le rassurera, il aura plaisir à y retrouver ses habitudes.



Où ?

- Installez son tapis dans un lieu où vous pourrez le surveiller aisément.

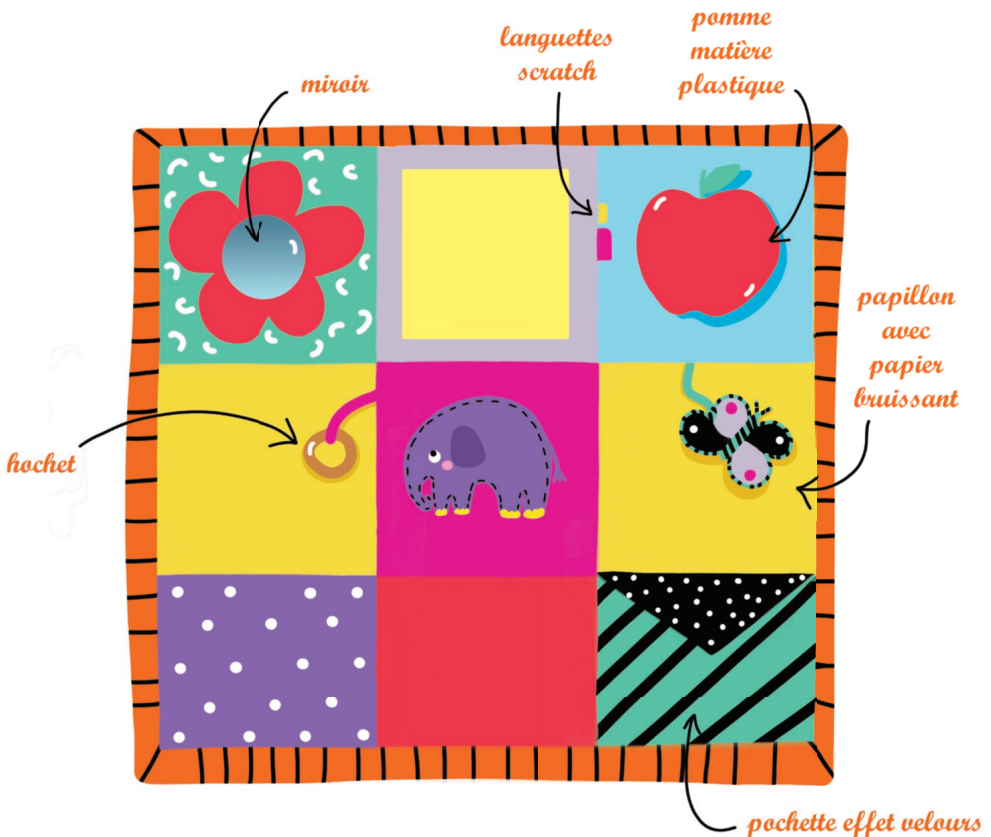


Comment ?

- À plat sur le dos au début, puis sur le ventre quand il parviendra à se retourner.

★ Déroulement de l'atelier

- Stimulez-le : dès l'instant où il redresse sa tête, pousse sur ses avant-bras, installez-le à plat.
- N'ayez pas peur qu'il bascule, il ne se fera pas mal.
- Au fur et à mesure de son développement, il « ira » vers l'objet, le saisira, en découvrira la composition.
- Quand il tiendra assis (8-11 mois), disposez sur le tapis des objets avec lesquels il jouera.
- Apaisez-le : après une tétée, l'installer sur son tapis le rassurera et l'aidera à s'endormir dans ce lieu familier..



Le conseil du pédiatre

- N'encombrez pas son tapis avec trop d'objets : un bon tapis d'éveil est celui qui crée un bon équilibre entre la découverte des objets et celle de son corps. Attention à la sécurité des objets fixés

Yoga hop-là !

Des séances de baby yoga sont proposées dès les premiers mois suivant la naissance ; c'est une bonne façon de faire de l'exercice, tant pour la maman que pour le bébé. Le principe est de permettre, par le mouvement, mais aussi par la philosophie de vie, d'accéder à une certaine sérénité et à une harmonie. L'un comme l'autre, vous vous apporterez des bienfaits. Pour bébé, rien de tel pour son tonus, sa socialisation et son éveil. Le baby yoga améliore également la qualité de son sommeil et de sa digestion.



Matériel

- Un tapis de sol ; un coussin pour l'étirer.



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Structuration de la latéralité et structuration spatio-temporelle
- Développement psychoaffectif
- Motricité globale



Quand ?

- Dès l'instant où il pousse sur ses avant-bras et redresse bien la tête (vers 3 à 4 mois). À la maison, vous pourrez reproduire ce que vous

aurez découvert lors de séances de baby yoga chez un professionnel. Le mouvement d'étirement est idéal avant le sommeil.



Où ?

- Sur son tapis d'activités.

★ Déroulement de l'atelier

Certaines positions sont compatibles avec son petit âge, entre 3 et 6 mois.

- Mettez-le sur le ventre, il aura tendance à redresser à la fois les jambes en arrière et la tête à l'avant : c'est excellent pour développer la tonicité de la colonne vertébrale. Calez-le avec une main posée sur le bassin et expliquez-lui. Vous pouvez vous aider d'un jouet coloré pour lui faire relever la tête.
- La position controlatérale : après l'avoir couché sur le dos, agrippez son poignet et rapprochez la paume

de sa main de la plante de son pied opposé, et faites-les se toucher **1**.

Il a la souplesse nécessaire pour ce mouvement. Cela va l'aider à prendre conscience de son corps. Recommencez lentement la même chose de l'autre côté.

- Au moment du coucher, faites tranquillement remonter ses bras et avant-bras au-dessus de sa tête pour l'étirer **2** ; cette posture est bénéfique pour son dos. Renouvelez plusieurs fois.



Le conseil du pédiatre

- Pour favoriser son adhésion, ne faites pas des séances trop longues.

En avant, en arrière

Votre bébé tient désormais bien sa tête et sait vous suivre du regard. Vous avez pris de l'assurance en le portant, il ne se retourne pas encore vraiment tout seul ; c'est le moment de faire profiter de certaines positions qui vont stimuler son tonus et favoriser sa prise d'équilibre.



Matériel

- Le canapé ; une chaise ; le tapis d'activités.



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Motricité globale
- Équilibre
- Structuration de la latéralité et structuration spatio-temporelle



Déroulement de l'atelier

- Pour commencer, alors que vous êtes assis sur une chaise, mettez-le à califourchon sur votre cuisse en le tenant bien par les épaules, de manière à ce qu'il soit face à vous et puisse vous regarder. Votre sourire le rassure.
- Peu à peu, penchez-le vers votre droite, lentement, en lui expliquant ce que vous faites. Il va par réflexe redresser la tête au début. Il fera ainsi travailler les muscles de son cou. Tenez-le bien pour qu'il ne glisse pas brutalement.
- Vous pouvez aller jusqu'à 45 °, si vous sentez qu'il est d'accord.
- Ensuite, remettez-le progressivement à la verticale, en position initiale.
- Si ça lui a plu, recommencez, mais de l'autre côté.
- Si vous avez de l'assurance, que votre enfant tient mieux son dos (vers 4 à 5 mois), vous pouvez faire le même mouvement en le mettant à califourchon sur l'accoudoir du canapé.
- Sur le tapis d'activités, vous pouvez faire de même d'avant en arrière, dans tous les sens. Vous le tenez bien par les épaules là aussi, il se laisse faire, ça l'amuse. Observez les mouvements de sa tête, qu'il la tienne bien.

Le conseil du pédiatre

- Évitez de faire cet atelier si quelqu'un risque d'entrer subitement dans la pièce, qu'il n'ait pas un geste brusque pour voir « qui va là ».

Le bruit des matières

Dès la naissance, votre bébé a une ouïe très développée. Dès son 4^e mois, il perçoit bien votre voix chuchotée à 1 m de distance. Ainsi faut-il en profiter pour lui faire découvrir d'autres sons que votre voix, en accompagnant par le visuel. Cela vous permettra non seulement de l'éveiller aux sons, mais aussi de vérifier que son audition fonctionne bien, surtout en diminuant l'intensité progressivement (ou en l'augmentant).



Matériel

- Des objets (leur couleur n'importe pas) faciles à saisir dans ses mains, de textures différentes (tissu, jouet, trousseau de clés, morceau de papier à froisser, clochette, tubes sensoriels⁶, boîte musicale émettant un son d'animal, vache, chat, mouton).



Acquisitions

- Audition
- Perception de la profondeur
- Coordination œil-main
- Dissociation des formes



Déroulement de l'atelier

- Installez-le sur son tapis d'éveil, ou asseyez-vous sur une chaise ou un canapé pour l'allonger sur vos genoux, tourné vers vous.
- Montrez-lui l'objet que vous avez choisi dans un rayon de 50 à 80 cm de lui.
- Une fois que vous avez capté son attention, déclenchez le bruit avec vos mains ou en agitant et en retournant le contenant afin qu'il fasse le lien entre l'objet et le bruit qui en émane.
- Renouvelez lentement.

Le conseil du pédiatre

- Nommez-lui à chaque fois l'objet.

6. Petits tubes transparents que l'enfant peut tenir dans sa main, rempli de substances diverses (riz, semoule, fèves, etc) - Bien veiller à la sécurité de fermeture.

À dada

Une fois que bébé tient sa tête, et que le tonus de son tronc se renforce (à partir de 3 à 4 mois), cette activité va stimuler son équilibre, son orientation visuo-spatiale et son tonus musculaire.



Matériel

- Vos mains ; vos genoux ; un fauteuil.



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Fonctions cognitives
- Structuration spatiale et latéralité
- Développement psychoaffectif



★ Déroulement de l'atelier

- Asseyez-vous sur le rebord de votre chaise ou de votre canapé, vos cuisses à 90 ° par rapport à votre corps, horizontales. Vos deux genoux sont rapprochés de manière à avoir une assise parfaite pour votre enfant.
- Asseyez-le à la jonction de vos genoux et de vos cuisses, en laissant ses jambes pendre de part et d'autres de vos cuisses.
- Tenez-le par les avant-bras, sous les aisselles si besoin ; il doit se sentir en sécurité.
- Parlez-lui tout en provoquant des poussées de vos jambes vers le haut en relevant vos avant-pieds.
- Commencez en lui disant :
« *Les enfants vont au pas, au pas* », et faites le mouvement des pieds doucement, sur un rythme lent. Ainsi, il se sent relevé en hauteur, ça lui plaît.
- Puis dites-lui :
« *Les demoiselles vont au trot, au trot* », et accélérez un peu la cadence. Il apprécie de voir le mouvement prendre de la vitesse.
- Enfin, dites-lui :
« *Les messieurs/les dames vont au galop, au galop* », en accélérant franchement la cadence, en fonction de la manière dont il tient sa tête désormais, et son dos, en le maintenant toujours pour qu'il ne bascule pas en arrière.
- Il va rire, et s'amuser de cette escalade. Lorsque vous vous arrêtez, riez avec lui. Et s'il a bien aimé, vous pouvez reproduire l'activité une ou deux fois.

Le conseil du pédiatre

- Ne le faites pas sauter, trouvez le juste rythme.

Imitons des animaux

L'enfant de cette tranche d'âge peut commencer à tendre l'oreille vers certains sons qui vont lui devenir de plus en plus familiers : chien, chat, pigeon, oiseau, vache, chèvre. L'objectif ici est d'imiter certains bruits d'animaux pour attirer son attention sur leur existence et leur mode d'expression.



Matériel

- Votre bouche, des images des animaux ou l'animal imité s'il n'est pas loin.



Acquisitions

- Audition
- Vision
- Comportement instinctif, phonétique
- Communication



Déroulement de l'atelier

- Votre enfant a entre 3 et 6 mois, il suit du regard et a constaté l'existence d'un chat, d'un chien à la maison, ou d'autres animaux aux alentours. Lorsque cet animal familier rôde dans les parages, profitez-en pour le nommer : « *Voici le chien, voici le chat...* ».
- Puis, une fois que vous constatez qu'il le fixe du regard, dites-lui que le chat « miaule », le chien « aboie ».
- Faites un miaulement ou un aboiement, en lui expliquant que vous imitez le chat, le chien.
- Il va peu à peu comprendre que ce n'est pas vous qui miaulez, mais que vous imitez ; c'est essentiel pour développer son comportement instinctif.
- Faites de même avec d'autres animaux qu'il voit plus occasionnellement, à la ferme par exemple.
- Si l'animal lance son miaulement, son aboiement ou son meuglement spontanément, profitez-en pour l'imiter dans la foulée.
- Votre enfant en sera de plus en plus réjoui et, à un moment donné, cherchera à faire de même, tout en voulant toucher l'animal.

Le conseil du pédiatre

- Évitez qu'il y ait plusieurs animaux en même temps. Ne l'imites pas trop fort, et articulez.

Chansons de geste

Les chansons de geste remontent au Moyen Âge : le mot « geste » se réfère au Romain « gerere », qui veut dire « faire ». Elles permettaient de relater des exploits guerriers, par exemple la *Chanson de Roland*. Ici, point d'épopée ou de conquêtes, mais faisons comme les troubadours d'antan : « *Veux-tu ouïr bonne chanson et avenante ?* » Désormais, on parle de chansons à gestes ; on accompagne le chant avec des démonstrations de la main. Cette activité est excellente pour retenir l'attention de votre enfant et lui faire prendre conscience de ses doigts et de sa paume de main.



Matériel

- Votre voix, vos mains ; ses doigts, sa main.



Acquisitions

- Toucher, audition, vision
- Développement psychoaffectif
- Cognitif : accrochage des yeux, gesticulation, comportement



Déroulement de l'atelier

- Mettez-vous bien face à lui pour capter son attention.
- Commencez votre chanson à gestes.

Voici un exemple :

« Le petit jardinier »

Voici mon petit jardin (*montrez la paume de sa main à lui*)

J'y ai semé des graines (*tapotez sa paume du bout des doigts avec son autre main*)

Je les recouvre de terre noire (*fermez sa main*)

Voici la bonne et douce pluie
(*tapotez le dos de sa main fermée avec les doigts de l'autre main*)

Le soleil brille dans le ciel (*faites un large geste de la main libre*)

Et voici une, deux, trois, quatre, cinq
petites fleurs (*dépliez ses doigts l'un après l'autre*)

D'autres chansons à gestes existent :
« *Cinq doigts voyageurs* », « *La petite fleur* », « *Dans mon jardin* », etc.

Le conseil du pédiatre

- Évitez de pratiquer cette activité avant de le mettre au lit.

La cloche

Votre nourrisson tient désormais bien sa tête, il suit du regard, il regarde à droite et à gauche ce qui se passe. Vous allez, par ce jeu de balancement, lui faire prendre conscience que c'est lui qui bouge par rapport à son environnement. Son oreille interne, en particulier ce qu'on appelle la partie vestibulaire (les canaux semi-circulaires), va enregistrer les mouvements de son corps et lui permettre d'assurer le maintien de son équilibre : il va adapter la position de sa tête, de son cou, de ses bras, de ses yeux, en fonction du rythme de balancier.



Matériel

- Vos mains ; un sol mou en cas de chute.



Acquisitions

- Détection des mouvements
- Tonus musculaire, réflexes, accrochage des yeux, gesticulation
- Structuration spatiale et de la latéralité



Déroulement de l'atelier

- Tenez-vous debout derrière votre enfant, avec des chaussures adhérentes pour ne pas glisser.
- Prenez votre enfant sous les aisselles, soulevez-le doucement du sol.
- Il regarde devant lui, vous êtes au-dessus de lui, et tout doucement, commencez à le balancer d'avant en arrière comme une cloche, en veillant à ne pas lui faire toucher le sol.
- S'il y a un miroir, vous pouvez le faire devant afin d'observer sa réaction.
- S'il apprécie, vous pouvez faire des mouvements un peu plus amples. L'objectif n'est pas de lui faire faire des loopings, mais des balancements mesurés, pour qu'il ressente cette notion d'accélération et de balancement.
- Accompagnez les mouvements en lui expliquant bien ce que vous faites. Il sourit, il rit, vous riez avec lui, ça le rassure.



Le conseil du pédiatre

- Ne le tenez jamais par les avant-bras ou les mains pour cet atelier ; ne faites pas de mouvements saccadés ou brutaux.

Tombé le jouet

À cet âge, votre enfant tient un petit objet dans sa main, mais ne sait pas encore le passer d'une main à l'autre, ce qui arrive plutôt à l'approche des 6 mois. Sa main se crispe sur l'objet saisi. Vous allez lui montrer comment ouvrir la main pour le laisser tomber devant lui. C'est une première étape dans la motricité globale et la prise de conscience de la relation de cause à effet, qui l'aidera ensuite à « passer » d'une main à l'autre.



Matériel

- Un objet unique, de couleur ou noir et blanc (hochet, petite balle

en mousse, cylindre fin, pavé rectangulaire...)



Acquisitions

- Dissociation des formes
- Concentration, réaction comportementale

- Espace de vision, coordination œil/main
- Permanence de l'objet, relation cause à effet



Quand ?

- À distance d'un repas.



Déroulement de l'atelier

- Installez-le face à vous, dans son transat redressé, bien attaché. Vous pouvez aussi le tenir assis dos contre vous et le retenir d'une main, ou bien demander à une tierce personne de le tenir face à vous.
- Veillez à ce qu'aucun objet ne soit posé devant lui ou dans son champ visuel.
- Faites apparaître l'objet que vous avez choisi, un peu à distance de lui pour qu'il ne puisse pas l'attraper tout de suite. Il se penche pour essayer de le saisir, dites-lui : « Attends, je te montre. »
- Laissez l'objet posé sur la paume de votre main ouverte vers le haut, puis

expliquez-lui : « *Je tourne la main.* »

- Laissez tomber l'objet d'une hauteur de 30 cm :
« *Et poum ! Il est tombé.* »
- Recommencez deux ou trois fois, montrez-lui cette possibilité de « lâcher-prise » suivi de la « chute ».
- Laissez-le saisir l'objet. Il le gardera probablement dans sa main, mais avec le temps, en répétant :
« *Poum ! Il est tombé* », il comprendra et il reproduira ce « lâcher-prise » (vers 5-7 mois).
- Vous pouvez diversifier l'activité en laissant tomber l'objet dans une petite bassine d'eau posée devant lui, ce qui sera plus amusant.

Roule petite voiture

Votre enfant commence à s'appuyer sur ses avant-bras, il redresse la tête, est encore un peu malhabile pour attraper les objets, il prend conscience que sa main est le prolongement de son corps. Sa tête va suivre le mouvement, c'est très bien s'il est sur le ventre, cela va tonifier les muscles de son cou, et aider dans ses acquisitions posturales à venir (retournement, position assise, etc.) Cet exercice est une excellente prévention de la tête plate (plagiocéphalie).



Matériel

- Une petite voiture en bois jaune, verte, rouge ou bleue, avec des pneus noirs ou blancs. Évitez une voiture aux multiples couleurs. Il peut y avoir une petite lumière bleue ou rouge qui s'allume sur le toit (voiture de police

ou de pompiers) que vous déclenchez vous-même. Évitez les voitures qui émettent des sonneries ou des sirènes, il peut prendre peur et ne pas comprendre d'où vient le bruit, ce qui neutraliserait l'effet recherché.



Acquisitions

- Vision : fixation, convergence, vision binoculaire, couleurs
- Détection des mouvements
- Tonus musculaire : muscles du cou
- Autonomie



Quand ?

- Il est dans un moment réceptif, gazouille.



Comment ?

- L'un de ses bras va chercher à saisir la petite voiture, qui roule quelques centimètres plus loin que sa main.



Où ?

- Tapis d'activité ou assis sur vos genoux dos contre vous devant une table.

★ Déroulement de l'atelier

- Installez-le sur son tapis, ou sur vos genoux à hauteur d'une table devant lui.
- Placez la petite voiture un peu trop loin de lui pour qu'il puisse la saisir, mais près tout de même.
- Faites-la circuler de droite à gauche, lentement, de manière régulière, sans faire d'arc de cercle. Il repère le véhicule, ses yeux fixent l'objet et il le suit, capté par la couleur et la mobilité.
- Reproduisez le mouvement dans l'autre sens, de gauche à droite.
- Continuez en rapprochant peu à peu la petite voiture, il pourra ainsi la saisir et se l'approprier.
- Profitez-en pour observer quelle est la main qu'il lance en premier et repérer sa main dominante : futur droitier ? Ou gaucher ?



Le conseil du pédiatre

- Si vous avez des voitures de couleurs différentes, intervertissez-les au cours de la séance (commencez par le rouge ou vert, terminez par le bleu ou jaune).

Flic flac, ça mouille

Votre enfant lance ses avant-bras, découvre les textures, la température des objets, la matière. Il en va de même dans l'eau. Cette découverte est une étape essentielle, car elle lui permet de distinguer ce qui est solide de ce qui est liquide. Ses mains traversent la matière, n'arrivent pas à saisir ce « volume » agréable et chaud, qui coule le long de ses mains ou éclabousse, insaisissable et pourtant si amusant. De plus, le contact avec l'eau tiède lui rappelle les 9 mois qu'il a passés dans le ventre de sa maman. Ce jeu est différent du « bébé nageur » ou du bain habituel.



Matériel

- De l'eau (douce ou de mer) ;
un petit bac ou une flaque d'eau.



Acquisitions

- Toucher, vision
- Approvisionnement, prise de confiance
- Comportement instinctif, motricité globale, tonus musculaire, autonomie



Déroulement de l'atelier

- Placez devant lui une petite quantité d'eau tiède, accessible facilement.
- Tenez-le dos contre vous, bien calé.
- Laissez-le se pencher en avant et toucher l'eau. Très vite, il va abattre sa main, puis les deux. Il va éclabousser son visage et le vôtre. Au début, il sera surpris puis, très vite, il comprendra que ce temps est consacré à un jeu que vous encouragez.
- Laissez-le faire, ou faites de même avec vos mains, il vous imitera.
- Vous pouvez aussi poser dans la flaque un petit objet (une petite éponge ou un petit caillou).
- Une fois qu'il prend de l'assurance, augmentez le niveau de l'eau, il verra le caillou couler au fond et l'éponge surnager.
- Pressez l'éponge pour en faire sortir l'eau devant lui. Il prend conscience de la matière liquide qui s'écoule.
- Plus tard, disposez deux récipients devant lui, l'un avec de l'eau froide, l'autre avec de l'eau tiède. Il distingue ainsi le chaud et le froid.

Le conseil du pédiatre

- Diversifiez les objets avec le temps.

Bébé nageur

Ces séances se font en groupe avec un animateur et avec l'un des parents ou les deux. Il ne saura pas nager plus tôt pour autant, mais sera en confiance dans cet environnement qui lui était familier lors de sa vie fœtale. Une séance ne dure pas plus d'une demi-heure.



Matériel

- L'eau de la piscine à 32 ou 33 °C ; vos bras ; une couche spéciale piscine ; un certificat médical simple.

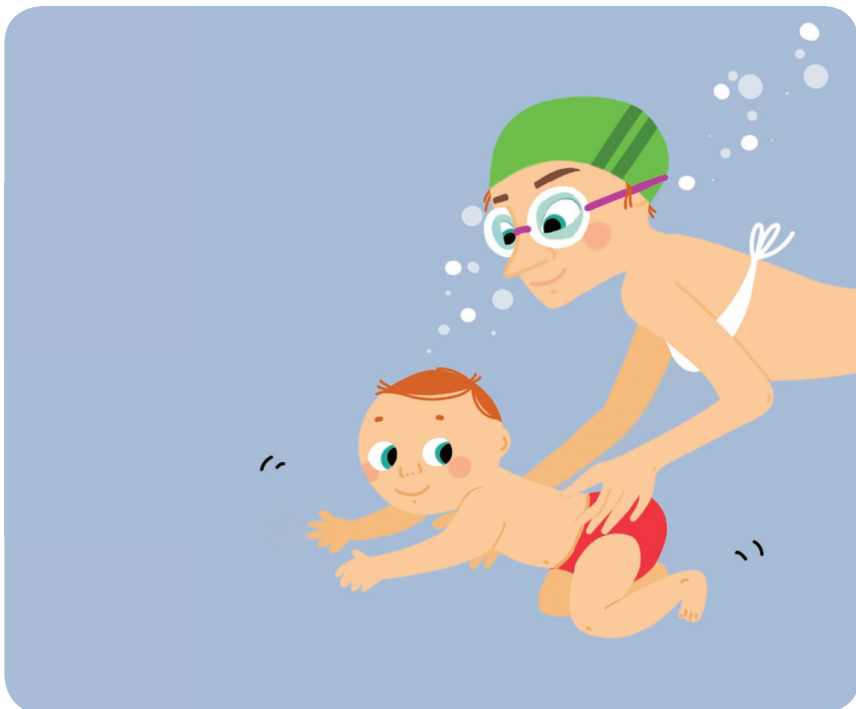
Pas besoin d'apporter d'accessoires, ils sont fournis selon l'âge de votre enfant (frites, planches...)



Acquisitions

- Tonus musculaire, réflexes, comportement instinctif
- Relaxation de l'enfant et des parents

- Autonomie
- Structuration spatio-temporelle



★ Déroulement de l'atelier

- Lors de la première séance, il convient de lui faire simplement découvrir l'eau par étapes : déplacez-vous avec lui dans vos bras, expliquez-lui.
- Laissez l'eau parcourir son visage, sa bouche, ses narines avec parcimonie.
- Faites-le flotter en le tenant sous son dos et sa tête.
- Déplacez-le ainsi en avant, en arrière et sur le côté.
- Si vous sentez qu'il est rassuré, vous pouvez l'immerger peu à peu, par moments très courts au début (2 à 3 s), il va bloquer sa glotte pour ne pas faire de fausse route, c'est le **réflexe natatoire**.
- Lorsque vous sortez sa tête de l'eau, montrez-lui votre visage souriant et aimant pour le rassurer instantanément.
- La phase suivante sera de l'immerger complètement pendant une durée plus longue, avec vous (entre 5 et 10 s selon qu'il s'adapte bien) ; il va effectuer des mouvements sous l'eau, ouvrir les yeux, vous regarder. C'est la phase la plus exaltante qu'il appréciera.
- Attention : pas plus de trois immersions par séance pour ne pas le fatiguer.
- Nagez sous l'eau avec lui, il bat avec ses bras et ses jambes.

Le conseil du pédiatre

- Surveillez en permanence la couleur de ses lèvres, ou l'apparition de petites marbrures sur le corps. Si c'est le cas, on le sort de l'eau et on le réchauffe aussitôt avec une serviette propre et sèche. Et on lui donne un petit goûter, car il a consommé du glucose.

Attrapé-passé d'une main à l'autre

À cet âge, la compétition entre les deux mains de votre enfant a commencé, surtout vers 6 mois. S'il tient déjà quelque chose dans l'une d'elles et veut saisir un deuxième objet disposé devant lui, un dilemme apparaît. Ainsi, vous l'aidez à prendre conscience de la permanence de l'objet.



Matériel

- Deux objets de petite taille, de couleurs et de formes différentes

(hochet, petite balle en mousse, cylindre fin, pavé rectangulaire).



Acquisitions

- Dissociation des formes
- Coordination œil/main
- Concentration

- Permanence de l'objet, relation cause à effet



Déroulement de l'atelier

- Installez-vous derrière lui. Doucement, approchez latéralement votre main avec le premier objet. Il entre alors dans son champ visuel, il va chercher à le saisir.
- Lorsqu'il tient le premier objet, attendez un peu. Recommencez avec le second objet, du même côté. Son attention est attirée, son cerveau prend conscience de l'existence d'un deuxième objet qu'il veut prendre également. Il y a là trois possibilités : soit il relâche le premier objet pour prendre le second, soit il se penche pour essayer de le saisir avec l'autre main, soit il passe le premier objet dans son autre main.
- S'il se retrouve avec un objet dans chaque main, ou même s'il n'en tient

qu'un, tendez ensuite vos mains devant lui, paume ouverte vers le haut, comme si vous attendiez.

- Il ne va pas vous les rendre, mais reprenez-lui avec douceur le premier objet (« *Tu donnes à maman/ papa ?* »), puis le second, sans forcer, tout en les gardant bien en vue devant lui. Tenez le(s) objet(s) posé(s) sur la paume de vos mains tournées vers le haut.
- Cachez un des objets derrière vous s'il y en a deux. Passez celui qui reste dans son champ visuel d'une main à l'autre. Enfin, laissez-le reprendre l'objet en rapprochant vos mains. Attendez, et recommencez l'opération en faisant réapparaître le second objet.

Rouler et empiler

Dans cet atelier, nous allons associer chez l'enfant la saisie d'anneaux, le passage d'une main à l'autre, les notions de couleurs, de textures et de tailles différentes, l'empilement et le roulement. Vous pouvez la pratiquer vers ses 6 mois, voire un peu plus tard, une fois que votre enfant maîtrisera une position plus stable au niveau de sa colonne et qu'il saura se pencher en avant.



Matériel

- Une pyramide d'anneaux arc-en-ciel de type Fisher-Price®.



Acquisitions

- Toucher, vision : couleurs, espace, acuité
- Tonus musculaire, motricité globale puis fine
- Gesticulation, accrochage des yeux
- Autonomie, approvisionnement du jeu, prise de confiance en soi



Comment ?

- Vous faites chaque étape devant lui et il vous imitera. Laissez-le aussi maîtriser l'objet, le découvrir, voir les multiples façons de s'en servir.



Où ?

- Vous le tenez dos contre vous alors que vous êtes assis en tailleur à terre devant son tapis d'activités. Ou s'il commence à maîtriser la tenue assise, dans la chaise haute, devant la table, maintenu par des coussins.



★ Déroulement de l'atelier

- Une première fois, disposez les anneaux épars devant votre enfant ; d'abord un, puis deux, puis la totalité.
- Les fois suivantes, présentez-les-lui enfilés sur le socle et laissez-le les sortir et les saisir.
- Une autre fois, empilez-les vous-même sur la table du plus large au plus petit, et laissez-le donner une chiquenaude la première fois. Il découvre la notion de « chute », il vous regarde étonné ; rassurez-le et recommencez.
- Selon la progression de votre enfant et son âge, plusieurs exercices sont envisageables :
 - la simple découverte, il porte le plus petit anneau à sa bouche ;
 - le passage d'une main à l'autre, facile avec un anneau, il choisit la taille qui lui convient le mieux (vers 6-7 mois) ;
 - il laisse tomber l'anneau, il peut alors arriver qu'il roule sur la table, il découvre cette notion de « roulement » qu'il va chercher à reproduire ;
 - son cerveau prend conscience de la notion de tailles et de couleurs différentes pour un objet identique, ce qui est très plaisant et lui donne confiance en lui ;
 - la prise dans les deux mains de deux anneaux différents (5-6 mois) ;
 - l'empilement que vous lui montrez puis qu'il imite, cette phase concerne les enfants plus âgés (vers 16-18 mois) ;
 - l'enfilement de l'anneau dans l'axe du jeu, ce sera là aussi pour plus tard (vers 9-11 mois).
- N'hésitez pas déjà à lui nommer les couleurs.
- Dans l'eau, l'anneau flotte et remonte lorsqu'on le submerge : vous pouvez jouer avec cet objet au moment du bain.

Le conseil du pédiatre

- C'est un classique à utiliser jusqu'à l'âge de 2 ans sans problème, il en usera selon son stade de développement.

Jolis hochets

Le hochet grelot® est un jouet formé d'un manche ou d'un anneau au bout duquel est fixée une sphère creuse, contenant par exemple des petits grains ou des grelots, qui feront du bruit quand votre enfant le secoue. C'est le premier objet que votre enfant apprend à saisir facilement. À partir de 3 mois, la préhension est meilleure, il prend conscience que c'est à lui, qu'il en maîtrise le mouvement et donc le bruit. Vous allez vous en servir pour lui faire travailler ses sens et sa motricité.



Matériel

- Toutes sortes de hochets existent, colorés, de toutes formes (carrés, ronds, triangulaires), sonores (grelots, petites billes), de textures diverses (rugueux, bosselés, durs, souples), avec des pièces articulées autour

d'un anneau (boules). Il est bon de privilégier le bois, le tissu, le cuir, et d'éviter le plastique ; un hochet léger est préférable. Il y a aussi le hochet Montessori en bois avec le grelot à l'intérieur, qu'il voit et cherche à saisir.



Acquisitions

- Vision : couleurs, formes
- Audition, toucher : textures, matière
- Tonus musculaire, motricité globale, puis fine

- Communication : accrochage des yeux, gesticulation



Quand ?

- Dès 3 mois. Après 12 mois, il s'y intéressera nettement moins.



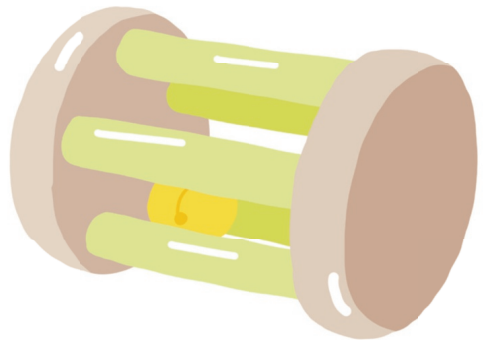
Comment ?

- Devant lui, son attention est soutenue et rien ne doit la détourner.



Où ?

- Dans vos bras, dans son transat.



★ *Déroulement de l'atelier*

- Présentez-lui un hochet qui ne servira qu'à ces séances, de manière à mieux capter son attention.
- Tendez-le latéralement vers sa main droite et observez ce qu'il fait : le prend-il avec cette main ou bouge-t-il pour le prendre de l'autre main ? Laissez-le le saisir.
- Renouvelez l'opération de l'autre côté.
- Récupérez le hochet et secouez-le pour qu'il constate que c'est le mouvement de votre main qui active ce bruit qui lui plaît.
- Proposez-le-lui de nouveau à sa droite, puis à sa gauche.
- La fois suivante, retournez le hochet tête en bas ou à l'horizontale au lieu de le secouer.
- À chaque fois, proposez-lui le hochet du côté droit puis du côté gauche.
- Au bout de quelques séances, ou dès le lendemain, faites la même série, mais en commençant par la gauche.
- Au bout d'une ou plusieurs semaines, prenez un hochet différent, en jouant sur les couleurs, les matières et les textures.

Le conseil du pédiatre

- Tenez toujours compte de son niveau de développement, s'il n'accroche pas, prenez un autre hochet, pour le valoriser.

Mon beau tableau d'éveil

Un tableau d'éveil doit être choisi en fonction du degré d'évolution de votre enfant. Il ne doit pas y avoir trop d'éléments, il doit d'abord pouvoir regarder et observer avec ses yeux, puis saisir avec ses mains et découvrir. L'intérêt est que, pour activer les mouvements des objets, son comportement instinctif, puis sa motricité fine seront stimulés. À ne pas confondre avec un tapis d'éveil.



Matériel

- Il existe différents modèles de tableaux d'éveil. Privilégiez ceux en bois, en tissu ou en molleton plutôt

qu'en plastique. Prenons l'exemple montré ci-dessous, il s'agit d'un parcours de motricité.



Acquisitions

- Toucher, vision, audition
- Tonus musculaire
- Motricité fine
- Relation de cause à effet



Quand ?

- Une fois qu'il commence à tenir assis, si besoin calé avec des coussins.



Comment ?

- Bien installé face au tableau d'activité stabilisé, votre enfant va explorer. Vous lui montrez sans le féliciter à

chaque fois, il le fera tout seul avec votre sourire qui sera sa meilleure récompense.



Où ?

- À terre ou sur la table. Certains peuvent se fixer au montant du parc

ou au montant d'une chaise avec du velcro.

★ Déroulement de l'atelier

- Stabilisez le tableau d'éveil et placez-le face à votre enfant ; si besoin, calez-le avec des coussins. Il va naturellement privilégier les fonctions qui sont accessibles : disque tournant, grelot.
- Ne guidez pas sa main, il vous imitera. Ne le félicitez pas à chaque fois, récompensez-le simplement par votre sourire.
- Laissez-le tourner, grâce au picot en bois, les cinq roues dentées. La prise du picot ajoutée au mouvement de rotation constitue un mouvement complexe.
- Déplacez les perles en bois le long du petit boulier ; vous imiter lui permettra de doser les mouvements de ses mains dans le sens horizontal.
- Dans chaque tableau d'activités, on retrouve un petit xylophone ou un gong : avec la main ou avec une petite cuillère en bois, faites-en sortir un son.
- Invitez-le à déplacer les perles en bois le long du circuit, cela lui permettra d'affiner le déplacement dans les deux dimensions (horizontale et verticale), très bon objectif pour la motricité fine.
- Montrez-lui aussi comment jouer avec l'encastrement de formes géométriques (rond, carré, losange), cela l'aidera dans son comportement instinctif et son autonomie.



Le conseil du pédiatre

- Évitez les tableaux d'éveil qui se fixent au montant du lit. Un lit est fait pour dormir, pas pour faire patienter bébé.

Comptines du corps humain

L'objectif ici est de montrer, avec votre voix, vos mains, les différentes parties de son corps à votre enfant, tout en les nommant, parfois en les mobilisant. Au début, vous pouvez lui montrer ses mains, plus tard ses avant-bras et ses jambes, plus tard encore ses oreilles qu'il ne voit pas, mais commence à saisir pour les découvrir par lui-même. Vous pouvez chanter ces petites comptines, en rythme lent.



Matériel

- Vos mains ; votre voix.



Acquisitions

- Toucher, audition, vision
- Réflexe de fixation et de convergence, détection des mouvements
- Réaction comportementale, accrochage des yeux
- Communication verbale



Déroulement de l'atelier

- Commencez par une comptine simple, elles sont faciles à apprendre par cœur. Tout en prononçant les mots, touchez les parties correspondantes

de son corps et mobilisez-les si cela est possible. Voici trois comptines de niveaux de difficulté différents pour vous donner des idées :

Arlequin

Une tête
Un ventre
Deux jambes
Deux pieds
Deux bras
Deux mains
Bonjour Arlequin !

Bras en l'air

Bras en l'air
Sur la tête
Aux épaules
et en avant
Bras croisés
Sur les côtés
Moulinets et on se tait
CHUT !!!

Brrr... il fait froid

Claque, claque tes mains
Elles ont chaud, elles sont bien
Frotte, frotte ton front
Il rougit comme un lampion
Tape, tape tes joues
Mais pas comme un petit fou
Dring, dring ton nez
C'est pour bien le réchauffer
Gratte, gratte ton menton
Barbichette, barbichon.

- Dès que vous remarquez qu'une comptine lui plaît plus que les autres,

n'hésitez pas à la privilégier pour les autres fois.

Bébé ascenseur

Cette activité peut déjà se faire un peu avant 3 mois, dès l'instant où votre nourrisson tient mieux sa tête et commence à la tourner sur le côté. Elle fera travailler à la fois son tonus musculaire, son repérage spatial et son accommodation. Elle est simple et souvent appréciée.



Matériel

- Vos bras ; vos muscles ; vos abdominaux.



Acquisitions

- Motricité globale
- Vision : accommodation, réflexes de fixation et de convergence
- Comportement instinctif
- Communication non verbale



Quand ?

- À distance d'un repas.



Où ?

- Sur un tapis, dans l'herbe en été.



Comment ?

- En vous couchant sur le dos, genoux pliés et pieds à terre pour vous stabiliser.

★ Déroulement de l'atelier

- Installé sur le dos, prenez votre nourrisson sous les aisselles et le thorax, stabilisez-le bien ; il est face à vous, il vous regarde.
- Progressivement, allongez les bras et éloignez-le de vous jusqu'à complète extension de vos membres supérieurs. Restez bien stable.
- Souriez-lui. Il ressent cette impression d'éloignement subit, et sera très vite rassuré par le rapprochement qui s'ensuit.
- Faites-le redescendre jusqu'à ce que vos fronts ou vos nez se touchent, mais ne le posez pas sur votre ventre à chaque descente.
- Faites ainsi ce mouvement plusieurs fois de suite, éventuellement de plus en plus vite si vous sentez qu'il apprécie, mais limitez la vitesse pour ne pas forcer sa colonne cervicale.



Le conseil du pédiatre

- Ne soyez pas tenté de lui faire une frayeur en le projetant en l'air, maîtrisez le mouvement d'accompagnement.

Jeu d'empreinte

Vous allez effectuer une prise d'empreinte des pieds ou des mains de votre enfant avec de la pâte à sel. Non seulement cela vous fera un souvenir à lui montrer plus tard, mais cette activité simple lui permettra aussi de focaliser son attention sur l'appartenance de son pied, de sa main, et d'aller au contact d'une matière nouvelle.



Matériel

- Une tasse de farine ; une tasse de sel de table ; une demi tasse d'eau chaude.



Acquisitions

- Toucher : découverte des textures, des températures
- Vision des couleurs, fixation et convergence
- Motricité fine
- Découverte du corps, psychoaffectif



Déroulement de l'atelier

- Devant votre enfant, mélangez la farine, le sel et l'eau chaude. Cette étape éveillera sa curiosité. Entre 3 et 6 mois, il est encore trop petit pour touiller, mais plus tard, n'hésitez pas à le faire participer.
- Si la pâte est trop collante, ajoutez de la farine ; si elle est trop sèche, ajoutez de l'eau. Une fois la consistance de la pâte bien établie, étalez-la sur une plaque à biscuits devant votre enfant.
- Spontanément, il voudra toucher, y mettre la main : laissez-le faire, qu'il en découvre la consistance, cela fait partie de l'atelier.
- Tout en le laissant manipuler, veillez à ce qu'il ne porte pas la pâte à sa bouche.
- Récupérez ce qu'il a pris et réintégrez-le à l'ensemble disposé devant lui.
- Étendez la pâte avec un rouleau à pâtisserie, en conservant une épaisseur suffisante pour que l'empreinte ait de la profondeur.
- Appliquez devant lui son pied ou sa main sur la pâte, sans appuyer trop fort.
- Faites de même avec l'autre pied ou l'autre main.
- Découpez les bords devant lui pour créer la forme que vous souhaitez (un cœur, un ovale).
- Avec une paille ou un crayon, faites un trou en haut au milieu de la forme, pour la suspendre plus tard.
- Le passage au four n'est pas obligatoire, vous pouvez laisser sécher la pâte pendant 48 h à l'air libre.
- Lorsqu'elle est sèche, vous pouvez la peindre devant lui avec une peinture acrylique.

La bête qui monte

Avec vos mains, vos doigts, vous allez exécuter des mouvements devant votre enfant. Vous allez ainsi stimuler fortement son attention, tout en exécutant des figures qui lui permettront de prendre conscience de son anatomie. De plus, il sentira « le petit bonhomme » se déplacer sur son corps, ce qui est excellent pour le développement de sa sensibilité superficielle.



Matériel

- Vos mains ; vos doigts ; votre voix.



Acquisitions

- Détection des mouvements
- Comportement instinctif
- Phonétique
- Sensibilité superficielle



Déroulement de l'atelier

- Placez-le dans une chaise haute ou évolutive et tenez-vous bien face à lui, ou tenez-vous au bord de son lit.
- Avec deux de vos doigts, imitez un petit bonhomme qui marche sur le dos de sa main, puis remonte le long de son avant-bras, puis du bras, pour se terminer en chatouille dans le cou.
- Une variante consiste à s'arrêter à chaque partie du bras, à nommer celle-ci (main, bras, coude, épaule) et à y déposer un baiser, un petit tapotement ou un « piano chatouilleur ».
- Vous pouvez aussi ne pas vous arrêter au cou et traverser son thorax pour rejoindre l'autre bras puis l'autre main et terminer par une belle exclamation et un saut du petit « bonhomme-doigts » ou une chatouille :
« Il est arrivé le p'tit bonhomme sur l'autre main ».
- Vous pouvez changer de parcours, par exemple à partir du dos d'un pied pour rejoindre l'autre pied.
- Au fur et à mesure de l'avancée, prononcez les mots « main », « bras », « ventre », etc.
- Vous pouvez aussi habiller le bout de vos deux doigts de petits doigtiers en textile coloré afin qu'il fixe mieux le mouvement.

Le conseil du pédiatre

- Adaptez la vitesse du petit bonhomme à son attention, vous pouvez le faire marcher de plus en plus vite.

De 6 à
12 mois

A cet âge, votre enfant prend de l'assurance. Il entre vers 8-9 mois dans ce qu'on appelle **la période de l'angoisse de la séparation et d'abandon**, où il acquiert la possibilité physique et psychologique de se sentir « unique et circonscrit » ; il occupe plus d'espace et dort moins. Pour ce qui est de l'alimentation, sa diversification alimentaire a commencé entre 4 et 5 mois ou entre 6 à 7 mois, si vous êtes adepte de la Diversification Menée par l'Enfant (DME) ; il mastique et mâche, ce qui est excellent pour le développement de son palais en largeur et en profondeur.

Les étapes essentielles dans cette période

Certains enfants développeront à 6 ou 7 mois des acquis que d'autres développeront un peu plus tard. Le développement de votre enfant est marqué par une recherche de sa capacité à pouvoir exprimer et réaliser des actes selon ses propres désirs. Il commence déjà à affirmer ce qu'on appelle son « autonomie », qui dépend de nombreux facteurs propres à lui-même : inné, cognitif, sensoriel, moteur, affectif.

Dans le courant du 9^e mois aura lieu l'examen obligatoire chez le pédiatre ; c'est une étape de dépistage essentielle qui consiste à repérer par exemple des troubles de la motricité (ne tient pas bien assis, ne fait pas de quatre-pattes), une surdité, des troubles visuels (amblyopie, strabisme), un comportement anxieux.

Sur le plan moteur

Chacun de ses membres est devenu autonome : il y a dissociation du tronc et des membres d'une part, du tronc et du cou d'autre part. Depuis l'âge de 4-6 mois, ses bras et ses jambes sont défléchis (et non plus en flexion). Il commence à tenir assis sans maintien. Entre 8-9 mois, il commence à ébaucher la marche avec un lancement des pieds coordonnés, s'il est soutenu sous les bras.

- Il peut tenir un objet dans chaque main, de manière séparée. À l'âge de 7 mois en moyenne, il passe un objet d'une main à l'autre et porte naturellement tout à la bouche. Avec ses lèvres, sa langue, son nez, il découvre la texture, le goût, l'odeur, la température des objets. Cette zone de son corps devient un véritable centre d'analyse.

- Ses mains libres répondent à sa volonté, il peut les projeter en avant pour saisir ce qui le stimule. Il peut aussi porter ses pieds à sa bouche.
- En motricité fine, il use de la pince index-pouce. Il commence à mieux prendre avec ses doigts plutôt qu'avec sa paume seule.

Sur le plan visuel

- Il peut lui arriver de loucher encore de manière intermittente (strabisme) et le pédiatre veillera à demander un contrôle ophtalmologique pour éliminer une incoordination motrice si nécessaire.
- Son espace de vision s'étend désormais tout autour de lui ; il détecte les mouvements lents à plusieurs mètres de distance. Il commence à avoir une bonne vision binoculaire (coordination au niveau du cerveau) et il peut donc mieux apprécier les distances.
- Il sait désormais vous interpeller du regard.

Sur le plan auditif

- Des tests auditifs seront faits lors de l'examen du 9^e mois pour les fréquences aiguës, médiums et graves. Cette tranche d'âge voit apparaître les premières otites chez certains enfants.

Le toucher

- Son expérimentation manuelle et le passage souvent obligé à la bouche de chaque objet à sa portée lui ouvrent la connaissance du monde.

L'olfaction, le goût

- Ces deux « sens » se développent fortement à cet âge, tout en devenant un moyen de langage avec vous : « je veux, je ne veux pas ».

Structuration dans l'espace

- Votre enfant entre dans la compréhension de son corps, son « moi-peau », il appréhende mieux le monde qui l'entoure grâce à son regard horizontal et à sa position assise. Il va donc mieux se structurer dans l'espace.

Développement psychoaffectif et cognitif

Il fait peu à peu la différence entre l'objet qui est bon et celui qui peut lui faire du mal (choc, chute, froid, chaud). Il prend conscience de son identité corporelle, du fait que sa main, ses doigts lui appartiennent.

C'est l'âge des premières frustrations et chagrins incompréhensibles, contrebalancés par l'affection des parents et leurs explications. Il entre dans cette période d'angoisse de la séparation et d'abandon que les parents découvrent.

- Il peut ainsi développer une certaine agressivité envers les autres (en crèche).
- Il va reproduire des comportements. Attention aux mauvais messages qui lui sont envoyés. Évitez de le gronder, de le stigmatiser, de manquer de patience, de lui donner une tape. Aidez-le à canaliser cette agressivité en le rassurant, en le consolant s'il montre des peurs ou une réaction inadaptée par des pleurs intenses.

Notion temporelle

- Il est encore impatient et peut s'énerver si quelque chose ne vient pas assez vite. Il en va de même pour le passage vers le sommeil le soir. C'est pourquoi il est important que les rituels que vous aurez mis en place soient respectés. N'hésitez pas à prendre un peu plus de temps avec lui, à lui raconter une histoire pour le faire entrer dans le sommeil de manière apaisée.

Le langage

- Il articule des consonnes, « grr, drr » puis « da, da », répète les syllabes, puis « ta, pa, ma ». Il n'articule pas encore les mots, mais désigne. Le gazouillis disparaît à cet âge.
- Il est intrigué lorsqu'il y a un changement de ton dans votre voix.

Assis, je veux

Votre enfant se tourne sur le côté, passe du ventre sur le dos et du dos sur le ventre depuis peu. Son tonus axial s'est bien développé. Lorsque vous le maintenez en position assise, coincé avec des coussins, dans une chaise haute par exemple, il se maintient mieux. Voici une succession de mouvements qui vont stimuler cet équilibre vers la position assise pour lui faire prendre confiance. Un enfant commence à tenir assis sans appui entre 7 et 9 mois.



Matériel

- Un coussin d'allaitement ; un hochet à saisir pour accompagner le mouvement.



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Motricité globale
- Autonomie
- Structuration spatio-temporelle



Déroulement de l'atelier

Première étape : sur le dos

- Mettez votre enfant sur le dos, placez votre main gauche sous son aisselle droite et votre main droite sous son aisselle gauche.
- Faites-le doucement basculer sur le côté gauche. Spontanément, en basculant vers la gauche, son avant-bras gauche prend appui, et il accompagne le mouvement pour passer alors en position assise.
- Le voilà assis, face à fous. Continuez de le maintenir sous les aisselles.
- Tendez-lui le hochet devant ou sur le côté.
- Repassez par la position couchée de dos, puis faites la même manœuvre de l'autre côté.

Deuxième étape : sur le ventre

- Placez votre enfant en position ventrale, le haut du buste sur le coussin d'allaitement pour que ses bras pendent en avant vers un jouet ❶).
- Il prend alors spontanément appui sur ses genoux, et garde le dos rond, ce qui est excellent pour sa motricité.
- En poussant sur l'un de ses genoux et en le rapprochant de son abdomen, votre enfant va basculer sur le côté opposé ❷. Accompagnez-le pour son mouvement de rotation/redressement vers la position assise ❸.
- Le voilà assis, dos contre le coussin d'allaitement qui le maintient ; tendez-lui un hochet ou un jouet, face à lui ou sur le côté.



Le conseil du pédiatre

- Pieds nus, il sera plus à l'aise pour prendre appui sans glisser.

Jeux d'eau dans mon bac

Votre enfant commence désormais à tenir assis en étant maintenu, puis peu à peu sans appui. Rien de tel que d'encourager sa prise de confiance en le mettant dans un bac rempli d'eau dans lequel il pourra prendre appui avec son dos, et se stabiliser avec les jambes repliées. Un petit récipient de transvasement fera le reste. De plus, il découvrira la matière liquide, la façon dont l'écoulement se produit, il prendra confiance lorsque l'eau coulera le long de son visage et près de ses narines.



Matériel

- Une baignoire ronde en plastique ou en inox remplie d'eau à bonne température (entre 35 et 37 °C,

un peu plus fraîche en été) ; un petit récipient avec anse ou le couvercle-bouchon d'un biberon.



Acquisitions

- Toucher
- Tonus musculaire, équilibre
- Motricité fine : préhension

- Développement psychoaffectif, prise de confiance



Quand ?

- Juste avant de le laver, ou en été pour le rafraîchir.



Où ?

- Dans la salle de bains, ou dehors sur le balcon ou le jardin en été. Le sol autour de lui doit être débarrassé afin qu'il

ne soit pas tenté de se pencher pour attraper autre chose.



Comment ?

- En restant en permanence à ses côtés, assis à sa hauteur.

★ Déroulement de l'atelier

- Emplissez la bassine de façon à ce que votre enfant ait de l'eau jusqu'à la taille, une fois installé dedans. Veillez à ce que celle-ci ne risque pas de basculer.
- Maintenu assis, il prend le récipient et constate que de l'eau s'en échappe et coule devant lui, le long de son visage en l'approchant. Il va le passer d'une main à l'autre. N'ajoutez pas d'autres objets, pour lui permettre de se concentrer sur un seul, d'improviser, de faire évoluer ses manipulations.
- Montrez-lui le remplissage du récipient et la vidange devant lui, sur ses avant-bras, sur sa tête ensuite. Laissez-le reproduire vos gestes.
- Remplissez à nouveau le récipient et faites couler l'eau sur votre main, paume ouverte en creux vers le haut.
- Retournez votre paume de main pour que l'eau s'en écoule. Invitez votre enfant à vous imiter.



Le conseil du pédiatre

- Attention qu'il ne fasse pas une fausse route, ce qui peut vite arriver. Restez à côté de lui.

Ma maison en carton

Votre enfant va développer son tonus du tronc et sa motricité, ainsi que d'autres compétences avec cette activité. Cette dernière consiste à le mettre assis dans un carton entier, découpé, de façon à laisser dépasser sa tête et ses épaules. Il y sera maintenu et prendra confiance, également sur le plan de l'équilibre. Il pourra projeter ses bras en avant pour saisir les objets, les jouets posés devant lui dans ce même carton.



Matériel

- Un large carton d'emballage rectangulaire posé à terre ;

quelques jouets faciles à saisir (hochet, grelots, anneaux).



Acquisitions

- Espace de vision
- Tonus musculaire, réaction comportementale, motricité globale

- Autonomie, structuration spatio-temporelle



Déroulement de l'atelier

- Installez votre enfant dans le grand carton, de façon à ce que son poids maintienne le carton en place, et à ce qu'un côté du carton retienne son dos s'il se laisse tomber en arrière. Veillez à ce qu'il puisse prendre appui avec ses avant-bras sur les bords.
- Commencez par l'installer dans le sens de la petite profondeur, afin qu'il prenne bien appui en arrière sur la paroi. Ses jambes seront maintenues repliées par la paroi opposée. Il prend de l'assurance et se penche pour saisir les jouets, les objets.
- Une fois qu'il est à l'aise, tendez-lui les objets l'un après l'autre, en dehors du carton, afin qu'il se penche pour les saisir.
- Installez-le ensuite dans le sens de la grande largeur : ses pieds ne seront plus bloqués par la paroi opposée, il commencera alors à établir un équilibre entre son tronc et ses membres inférieurs pour se pencher en avant et prendre l'objet que vous lui tendez.
- Lorsqu'il marchera à quatre pattes, vous pourrez le laisser entrer tout seul dans le carton, en tournant l'ouverture vers lui ; il s'y installera et, avec précaution, en lui expliquant ce que vous faites, vous pourrez remettre le carton à l'endroit, avec lui dedans. C'est une excellente stimulation pour lui apprendre à rectifier sa position afin de se retrouver assis.

Jeu de marionnettes

À cet âge, votre enfant peut fixer du regard devant lui une ou deux marionnettes. Vous capterez son attention avec l'animation du personnage ou de la figure. L'association du geste devant ses yeux et de la parole va stimuler son pouvoir imaginaire, lui permettre de repérer certains mots et de les associer au mouvement. De plus, en cherchant à saisir la marionnette, il prend de l'assurance dans sa position assise et la bascule de son bassin. Peu à peu, il comprend que le personnage n'existe pas, que c'est l'association animation-paroles qui en fait un jeu.



Matériel

- Deux marionnettes de couleurs différentes. Les plus créatifs peuvent se munir d'une chaussette sur

laquelle on coud des boutons pour les yeux et on dessine une bouche avec un feutre.



Acquisitions

- Audition
- Réflexe de fixation, détection des mouvements

- Tonus musculaire, réaction comportementale
- Développement cognitif



Déroulement de l'atelier

- Placez votre enfant dans sa chaise haute ou assis sur son tapis d'éveil. Tenez-vous face à lui, à sa hauteur.
- Avec la première marionnette, commencez à la remuer, en prononçant des mots qui lui seront familiers : *« Petite marionnette qui sourit, petit animal qui grandit, qui bouge, qui fait toc-toc »,* etc.
- Associez au mouvement une petite histoire simple : *« Il est où le bébé ? » ; « Il est où le pantalon ? On va le chercher ensemble ! » ; « Il est où papa ? »,* etc.)

- Une fois qu'il est plus attentif, associez deux marionnettes, deux personnages différents. Chacun des personnages s'adresse soit à lui, soit à l'autre.
- Faites également apparaître et disparaître la marionnette, ce qui est essentiel pour la notion de permanence de l'objet.
- Lorsqu'il cherche à attraper une marionnette, profitez-en pour que celle-ci touche chaque fois une partie de son corps, en la nommant (bras, nez, joue, bouche, cheveux, etc.)

Ombres chinoises

Vous allez attirer l'attention de votre enfant en faisant cette animation d'ombres chinoises devant lui avec vos mains. Il sera captivé et prendra conscience peu à peu que les formes qui se déplacent sur le mur vous appartiennent. Son pouvoir imaginaire sera stimulé, ainsi que ses réactions comportementales et son repérage dans l'espace. Il va chercher à attraper l'ombre projetée.



Matériel

- Une source lumineuse (lampe, bougie, soleil) ; vos mains ou des formes en carton fixées sur une paille.



Acquisitions

- Vision : détection des mouvements
- Réflexes, réaction comportementale et instinctive, phonétique
- Structuration spatiale
- Fonctions cognitives et psychoaffectives



Comment ?

- En profitant d'un rayon de soleil qui traverse la chambre de votre enfant ou, de manière plus organisée, en plaçant une source lumineuse derrière vous pour projeter sur un

mur clair. Si votre enfant est en confiance, pourquoi pas avec une bougie posée sur un petit meuble, toute lumière éteinte.



Déroulement de l'atelier

- Avec vos mains, entraînez-vous à reproduire des formes faciles, par exemple des animaux (chien, cheval, oiseau, aigle, etc.)
- Projetez l'ombre de vos mains sur un mur blanc, en l'animant pour mimer le déplacement de l'animal.
- Accompagnez le spectacle en imitant son chant/bruit et en le nommant.
- Selon le degré de concentration de votre enfant, construisez une micro-histoire : l'aigle qui se pose sur la frise du papier peint du mur par exemple, ou sur la tête de la peluche.

Vache, mouton, petit oiseau

Ce jeu sonore est très apprécié par les enfants de tous âges. Le test *Moatti* (test clinique permettant de vérifier, entre 6 et 24 mois, les réactions auditives de l'enfant, du grave à l'aigu) fonctionne avec quatre petits cylindres qui, lorsqu'on les retourne, produisent des bruits identiques à des cris d'animaux : oiseau, chat, mouton et vache. Au-delà de l'aspect sonore amusant, cela vous permettra, comme le font les pédiatres et les ORL, de tester les niveaux d'audition de votre enfant : sa sensibilité aux sons (graves avec le mouton et la vache, médiums avec le chat, et aigus avec l'oiseau).



Matériel

- Les quatre cylindres du test *Moatti*.



Acquisitions

- Audition
- Réaction comportementale, autonomie
- Motricité fine
- Comportement, développement cognitif



Déroulement de l'atelier

- Quand votre enfant est concentré sur une activité de jeu, installez-vous à distance de lui, hors de sa vue, à environ 2 m.
- Sans qu'il vous voie, retournez l'un des cylindres (vous pouvez le faire chaque fois dans un ordre différent).
- Observez sa réaction : une orientation de sa tête ou son regard vers le bruit permettra de déterminer qu'il entend la fréquence correspondant au bruit d'animal.
- Votre enfant voudra alors saisir le cylindre : laissez-le le découvrir et en comprendre le fonctionnement ; il va répéter le geste que vous faites. Il sera intrigué et comprendra peu à peu ce qu'il faut faire, le retournement, la prise du cylindre avec ses mains.
- Avec le temps, vous observerez qu'un « animal » lui plaira peut-être davantage

Le conseil du pédiatre

- N'hésitez pas parfois à le laisser sortir les cylindres de la boîte et à initier les bruits, en nommant les animaux. S'il ne se retourne pas au son d'un des cylindres, parlez-en au pédiatre, c'est une bonne manière de faire du dépistage en le stimulant.

Partons en safari

6-12 mois

Cette activité va stimuler la notion d'équilibre de votre enfant, ainsi que son comportement instinctif.



Matériel

- Vos jambes ; vos mains.



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Oreille interne, équilibre
- Réflexes, motricité globale
- Structuration spatio-temporelle



Déroulement de l'atelier

- Allongez-vous sur le côté, le mieux est de vous caler, adossé(e) à un mur. Commencez avec votre jambe droite : installez votre enfant à califourchon sur votre cuisse droite. Tenez sa main gauche avec votre main droite et sa cuisse droite avec votre main gauche, pour bien le sécuriser.
- Relevez votre jambe droite légèrement fléchie à environ 50 cm du sol.
- Redescendez-la lentement sans toucher l'autre, en laissant 5 cm d'espace entre elles.
- Répétez les élévations plusieurs fois de suite, en expliquant de quel animal il s'agit pour la promenade que vous mimez (cheval, dromadaire, âne, etc.)
- Adaptez le rythme au type d'animal.
- Changez de côté et recommencez avec l'autre jambe.

Le conseil du pédiatre

- Décrivez-lui en même temps la promenade que fait l'animal : il passe au-dessus d'un gué, il saute au-dessus d'une branche, il descend, il monte, il se repose, il s'arrête, etc.

Je prends, je tiens, j'entrechoque

L'objectif est de favoriser la prise simultanée de deux objets par votre enfant. Il va ainsi développer sa motricité fine et apprendra à choisir, à prioriser, à prendre conscience qu'il peut lâcher un objet ou en prendre un dans chaque main. Il va les faire se rencontrer, les opposer, observer qu'ils ont des formes et des fonctions différentes.



Matériel

- Une petite voiture de couleur ;
un petit miroir avec anse.



Acquisitions

- Toucher
- Vision : réflexe de fixation, vision des couleurs, espace de vision
- Motricité fine
- Comportement instinctif



Quand ?

- Chaque fois que vous le sentez avide de partage.



Où ?

- Sur le tapis d'éveil, stabilisé par un coussin ou un autre appui dorsal installé derrière son dos si besoin.

★ Déroulement de l'atelier

- Installez-vous face à votre enfant et tendez-lui la voiture qu'il va saisir d'une main.
- Très vite, présentez-lui le petit miroir avec anse : il va devoir s'en saisir avec la main libre, ce qui valorise son comportement instinctif.
- Laissez-le découvrir ces deux objets. Il en relâchera un pour s'occuper de celui qui semble lui plaire davantage.
- Prenez cet objet et donnez-le-lui à nouveau : il a le choix, le prendre ou pas. Là aussi, il devra prioriser, adapter son comportement.
- Récupérez les deux objets, en lui demandant s'il veut bien vous les restituer.
- Faites-les bouger (rotation) devant lui, à même hauteur. Donnez leur nom :
« Ça, c'est une voiture ; ça, c'est un miroir. »
- Faites-les s'entrechoquer sans force, de façon à ce qu'il voie la voiture s'approcher du miroir, en image inversée :
« Oh ! la petite voiture est entrée dans le miroir ! »
- Son attention est captée ; très vite, il veut reproduire l'activité. Rendez-lui les deux objets, en même temps cette fois-ci.
- Sa curiosité va l'inciter à faire se rencontrer les deux objets, à expérimenter le choc, le bruit et l'effet produit sur vous.



Le conseil du pédiatre

- Évitez tout autre objet dans son environnement proche.

Je passe d'une main à l'autre

Un jeu de type hochet « disque lié » Montessori est très adapté dès l'âge de 6 mois pour permettre à votre enfant de passer l'objet d'une main à l'autre, car il est pratique et facile à saisir par ses mains encore en pleine découverte. De plus, la saisie par les deux mains, puis l'une ou l'autre, stimule harmonieusement les deux parties du cerveau, la droite et la gauche.



Matériel

- Disque lié en bois de type Montessori, de couleur ou en teinte bois naturel.



Acquisitions

- Vision : fixation, convergence, accommodation
- Motricité fine
- Comportement instinctif
- Structuration spatiale



Déroulement de l'atelier

- Tendez-lui l'objet vers la main droite pour qu'il le saisisse. La forme particulière l'incite instinctivement à ramener l'autre main pour le prendre à deux mains, car la prise est facile. Il prend confiance, l'objet l'intrigue, lui devient familier.
- Laissez-le apprendre spontanément à le passer d'une main à l'autre, sans le laisser tomber, ce qui est le but du jeu-découverte.



Le conseil du pédiatre

- N'hésitez pas à lui donner ce disque lié alors qu'il est au lit et qu'il commence à geindre : cela va l'occuper, le temps de le prendre dans vos bras.

Course d'obstacles

Le principe est de disposer devant votre enfant des petits obstacles qu'il va apprendre à contourner ou à franchir, selon son stade de progression dans les déplacements (à quatre pattes ou en rampant). Cela développera ses habiletés motrices et mentales. Il devra réfléchir à des solutions : contourner, toucher, saisir, découvrir la texture, passer par-dessus.



Matériel

- Deux coussins (un petit, un plus grand) de couleurs et textures différentes ; une petite voiture ; une serviette de bain propre et sèche roulée en boule ; une petite balle ;

une petite couverture pliée en 4 ; un pull vous appartenant ; un sac en toile vide ; un rouleau d'essuie-tout ; une poupée ; un panier en osier vide retourné.



Acquisitions

- Toucher
- Motricité globale et fine
- Espace de vision
- Comportement instinctif



Déroulement de l'atelier

- Préparez votre couloir et installez certains des objets choisis à l'intérieur. L'idéal est de cloisonner le petit parcours de chaque côté par de grands coussins ou de grandes boîtes en cartons posées à l'envers (ouverture vers le bas), afin de créer un sens et des limites. Le couloir doit être assez étroit pour qu'il ne cherche pas à contourner les objets, mais pour qu'il les trouve sur son chemin, les observe, les saisisse, voire même qu'il passe par-dessus pour vous rejoindre.
- Installez votre enfant à un bout de ce couloir, et placez-vous à l'autre bout ; encouragez-le à avancer en l'appelant.
- Laissez-le découvrir les couleurs, les textures, les prendre, les toucher, essayer soit de les écarter, soit de jouer avec.
- Rassurez-le, il ne doit pas se sentir abandonné dans cet univers contraint et nouveau. Cette exploration va stimuler le quatre-pattes.

Le conseil du pédiatre

- À chaque fois, disposez les objets dans un ordre différent et trouvez des objets qu'il n'a pas encore explorés. N'en mettez pas trop, et veillez à sa sécurité.

Jeu de la tempête

Le principe est de développer l'équilibre de votre enfant en le maintenant à califourchon ou couché, sur vos jambes relevées. Il prendra de l'assurance, et son oreille interne, (son équilibre, donc) par le biais de ses trois canaux semi-circulaires de chaque côté, sera stimulée. Cet atelier est très utile pour l'acquisition de la position debout.



Matériel

- Vos bras ; vos jambes ; votre voix.



Acquisitions

- Toucher
- Tonus musculaire
- Structuration spatio-temporelle
- Communication verbale



Quand ?

- Après une séance de jeu sur le tapis d'éveil, lorsque vous le sentez disposé à partager cette activité.



Où ?

- Vous êtes couché sur le dos, sur un tapis ou sur votre lit.



★ Déroulement de l'atelier

- Allongez-vous sur le dos, les jambes repliées, vos cuisses à 90 ° sur votre bassin et vos jambes à 90 ° par rapport à vos cuisses, de manière à créer une assise. Vos deux jambes doivent être bien collées l'une à l'autre.
- Prenez votre enfant sous les aisselles et installez-le assis à califourchon sur vos jambes pour commencer, tout en lui expliquant ce que vous faites.
- Tenez-le par les avant-bras, au niveau des coudes, et non par les mains.
- Inclinez vos jambes vers la droite en lui disant que le vent souffle, et imitez le son du vent qui souffle. Il va chercher à se redresser.
- Faites de même sur le côté opposé : *« Oh ! le vent, il tourne, il tourne ! »*
- Souriez, rassurez-le, veillez à ce qu'il apprécie l'activité.
- Si vous le sentez en confiance, faites peu à peu se déchaîner la tempête, et faites des mouvements plus rapides, plus saccadés, au gré de son adhésion. Les mouvements pourront alors se faire en hauteur et non plus latéralement (en levant davantage les jambes).
- Revenez au calme, votre nourrisson vous rejoint dans vos bras, la tempête est finie, rassurez-le.

Le conseil du pédiatre

- Si vous êtes habile, vous pouvez aussi l'installer à plat ventre sur vos jambes, pour qu'il plane.

Camion-cuiller

Le principe est de mettre dans la main de votre nourrisson une cuiller (pleine) après lui avoir montré comment vous vous en servez. L'objectif est de lui faire comprendre la fonction de l'ustensile et de développer sa motricité fine, il en a désormais les compétences. Cet atelier est une étape vers l'autonomie. La diversification alimentaire a débuté à 5 mois, il est donc prêt.



Matériel

- Une cuiller en silicone, en bambou ou en inox, au manche plutôt plat pour une meilleure prise en main.



Acquisitions

- Toucher, olfaction, vision
- Motricité fine
- Autonomie



Déroulement de l'atelier

- Commencez le repas par des légumes ou des fruits, avec la cuiller.
- Très rapidement, transformez-la en « camion » qui avance peu à peu vers sa bouche. Demandez-lui d'ouvrir son garage, c'est-à-dire sa bouche.
- Une fois qu'il aura pris le contenu dans la bouche, pendant qu'il mâche, faites de même vers votre propre bouche, en lui demandant s'il est

d'accord : « *Papa (ou Maman) a faim, je peux ?* ». Faites en sorte qu'il vous voie faire.

- Accompagnez le mouvement par des « *vroum vroum le camion (ou la petite voiture)* ». La cuiller cherche son chemin en faisant des détours.
- L'objectif est de lui donner envie de saisir la cuiller, de prendre la nourriture lui-même.

Le conseil du pédiatre

- Prévoyez de quoi nettoyer les lieux ! Certains nourrissons veulent saisir tôt la cuiller, vers 5 à 6 mois ; adaptez-vous. Prenez votre temps, le repas est un moment extrêmement important, ne ratez pas cette étape sous peine de blocage alimentaire plus tard.

Avec mes mains, je mange

6-12 mois

Dès l'âge de 6 mois, un enfant né à terme est capable de mastiquer. Il faut dès lors privilégier, lors de la diversification alimentaire, les morceaux qu'il peut saisir lui-même, qu'il va analyser avec ses yeux, son odorat, son toucher avant de les mener vers sa bouche. C'est ce qu'on appelle la DME, la Diversification Menée par l'Enfant, qui fait de plus en plus d'adeptes en France.



Matériel

- Des aliments pas trop friables, ni trop durs, de la taille de son poing fermé. Quelques exemples : artichaut, asperge, aubergine, riz compact,

chou de Bruxelles, rhubarbe, pousse de navet, framboise, bœuf haché qui se tient, galette de riz, abricot mûr, etc.⁷



Acquisitions

- Toucher, olfaction, vision
- Réaction comportementale
- Motricité fine

- Autonomie, sens de la découverte, prise de confiance



Déroulement de l'atelier

- Disposez devant lui quelques morceaux des aliments cités plus haut.
- Laissez-le s'en saisir, les analyser rapidement avec les yeux, ce qui est essentiel, puis les mener à sa bouche.
- Dans sa bouche, il découvre la consistance, la texture, le goût et la saveur. Son réflexe de mastication

existe dès l'âge de 6 mois ; laissez-le vous imiter.

- Si un morceau est trop gros pour lui, retirez-en une partie, calmement.
- Maintenez l'ordre classique d'un repas : les fruits ou gâteaux après les légumes et viandes.
- Nommez tous les aliments pendant sa découverte.

Le conseil du pédiatre

- Ne déléguez pas ce moment à d'autres adultes. Prenez votre repas en même temps que lui, cela le valorisera. Votre pédiatre vous dira si votre enfant est prêt pour la DME.

7. Liste exhaustive sur pediatre-online.fr, rubrique DME.

Maraca fait maison

Cet atelier permet d'attirer l'attention de votre enfant vers un objet sonore lorsqu'on le secoue, puis de favoriser le passage d'une main à l'autre et la tenue à deux mains. Il va maîtriser peu à peu le glissé du contenu de la bouteille, pour comprendre que le bruit peut se moduler selon le mouvement induit.



Matériel

- Une petite bouteille en plastique ; des graines de tournesol, des lentilles, des pâtes coquillettes, des boutons de vêtements de couleur...



Acquisitions

- Toucher, audition, vision
- Détection des mouvements
- Motricité globale, motricité fine
- Réaction comportementale et instinctive



Déroulement de l'atelier

- Versez votre contenu dans la bouteille, sans la remplir, avant de la refermer.
- Asseyez votre enfant contre vos genoux, les bras libres. Les premières fois, montrez-lui la « maraca », tenue stable horizontalement devant lui.
- Une fois son attention captée, inclinez-la doucement. Le contenu va glisser à l'intérieur en faisant un peu de bruit. Renouvelez votre geste un peu plus rapidement, pour que le bruit augmente. Selon le type de contenu, la tonalité sera différente ; vous pouvez en fabriquer plusieurs pour alterner.
- Votre enfant, selon son développement, va vouloir s'en saisir avec ses mains. Laissez-le secouer, s'étonner, reproduire, au début de manière un peu anarchique. S'il a peur du bruit produit, rassurez-le, reprenez les maracas, et recommencez la manipulation, doucement.
- Nommez les contenus dans les bouteilles et dites-en la couleur : « Oh ! les petits boutons rouges. »

Drôles de coussins

À cet âge, votre enfant maîtrise mieux les mouvements de ses bras, il commence à tenir assis et à bien saisir. Grâce à des petits coussins faits maison, vous allez lui faire découvrir des textures différentes : le doux, le rugueux, le soyeux, le chaud, le froid. On va donc jouer à la fois sur la couleur, la matière ou le contenu.



Matériel

- Des tissus de quatre sortes différentes (toile de jute, feutrine, coton, chanvre, bambou biologique, viscose, modal, lin, tulle) mais pas plus de trois couleurs différentes au

total ; quatre types de rembourrages différents (de la mousse, du riz, des noyaux d'abricots et des pois chiches, par exemple) ; trois paniers.



Acquisitions

- Motricité fine
- Autonomisation

- Phonétique
- Éveil sensoriel



Préparation de l'atelier

- Prédécoupez 20 carrés (ou rectangles) de la même taille, car l'objectif est de favoriser une même propriété : le toucher, par le biais de l'isolation de la difficulté (c'est-à-dire un jeu ne comportant qu'une seule difficulté).
- Cousez les 10 coussins vous-même, et rembourrez-les de la manière suivante :
 - 3 coussins rembourrés de mousse et de 3 couleurs différentes ❶.

– 3 coussins rembourrés de mousse, de même couleur, mais de matières différentes ❷.

– 4 coussins du même tissu et de même couleur, mais chacun rembourré d'un contenu différent ❸.

- Pour finir, disposez les 3 catégories de coussins dans les 3 différents paniers.

★ Déroulement de l'atelier

- Disposez les 3 paniers devant votre enfant dans l'ordre suivant : couleurs à gauche, matières au milieu et composition à droite.
- Laissez-le découvrir les coussins avec plaisir tout en cernant les différences (couleur, texture, matière).
- Décrivez et nommez les coussins qu'il manipule : « *C'est rouge, c'est dur, c'est froid.* »



Le conseil du pédiatre

- Disposez toujours les 3 paniers dans le même ordre mais rangez les coussins dans des ordres qui peuvent varier à l'intérieur des paniers tactiles.

Attrape-pieds

Dans cet atelier, les muscles et articulations de votre enfant seront sollicités, comme en gymnastique. Votre enfant est suffisamment souple à cet âge pour saisir ses jambes avec ses mains.



Matériel

- Ses pieds ; ses jambes ; vos mains.



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Réflexes
- Motricité globale, coordination
- Structuration spatio-temporelle



Déroulement de l'atelier

- Couchez votre enfant sur le dos, si possible les jambes nues, sans chaussettes ni chaussons. Penchez-vous vers lui.
- Prenez une de ses jambes à hauteur de sa cheville, et relevez-la peu à peu vers son visage, sans forcer ; il détend ses muscles.
- Progressivement, arrivez jusqu'à son menton, sa joue, et expliquez-lui qu'il s'agit de son pied, de sa jambe, que c'est à lui.
- Vous touchez sa bouche, en ne forçant pas l'hyperflexion, cela doit se faire tout seul.
- Laissez-le saisir son pied avec ses deux mains, prendre de l'assurance et probablement le porter à sa bouche pour jouer avec. Une sensation de bien-être et d'étirement se produit chez lui, tout en découvrant son corps.
- Faites ensuite de même avec l'autre pied, afin de développer chez lui la prise de conscience des parties de son corps.
- Terminez par un massage de la plante du pied correspondant, en appuyant près de la base des 2^e et 3^e orteils avec le bout de votre pouce.
- Rapidement, il saisira le pied par lui-même, si ce n'est pas déjà fait. Chaque fois, nommez ce qu'il fait, ce qu'il saisit.

Le conseil du pédiatre

- Ne forcez pas l'étirement. Cette activité agira aussi sur son transit intestinal en relâchant la zone de son périnée.

Jolies petites oreilles

Déjà vers l'âge de 3 à 4 mois, votre enfant a tendance à envoyer l'une de ses mains vers une oreille, souvent la même. Le plus souvent, il le fait parce qu'il est gêné par les douleurs dentaires qui commencent vers l'âge de 6 semaines : celles-ci se diffusent vers l'arrière de sa mâchoire, donc vers l'oreille. C'est donc un peu par hasard qu'il va s'en saisir. Vous allez l'accompagner dans cette démarche de découverte de son corps et donc de prise de confiance.



Matériel

- Vos mains ; ses mains ; votre voix ;
un miroir mural à sa portée.



Acquisitions

- Motricité fine
- Comportement instinctif
- Structuration spatiale
- Phonétique



Déroulement de l'atelier

- Positionnez votre enfant assis ou couché, et placez-vous face à lui. Saisissez sa main droite, approchez votre visage, et faites-lui toucher votre oreille gauche. Lorsqu'il la saisit, nommez-la :
« Oh ! l'oreille de maman, de papa ! »
- Déplacez doucement sa main vers son oreille droite. Il sent qu'il y a là quelque chose, nommez-la :
« Toi aussi tu as une oreille, comme Maman/Papa ».
- Relâchez sa main et observez-le.
- Faites ensuite de même avec sa main gauche vers votre oreille droite, et ainsi de suite.
- S'il est attentif, asseyez-le face au miroir, en vous plaçant derrière ou à côté de lui. Montrez-lui dans le reflet : « C'est toi, et là c'est Maman/Papa. Et là, c'est l'oreille de Maman ; et là, c'est ton oreille. »
- Approchez un petit jouet sonore de son oreille et faites-le retentir :
« Tu entends le bruit ? » Il prendra conscience de la fonction de l'oreille.

Le conseil du pédiatre

- Respectez bien les trois étapes, car l'objectif est de favoriser à chaque fois une seule propriété : identification, appartenance, puis fonction.

Je pousse, tu pousses

Votre enfant a l'habitude de fléchir ses avant-bras, de saisir les objets, de les porter à la bouche. Vous allez ici lui faire prendre conscience qu'il peut aussi pousser sans saisir. Cela l'aidera à ouvrir les mains pour les poser à plat, à stabiliser sa position assise, à maîtriser sa force avec ses mains, mais aussi avec ses pieds.



Matériel

- Un livre fermé suffisamment rigide ; ses pieds ; ses mains ; vos mains.



Acquisitions

- Toucher
- Tonus musculaire, motricité globale



Déroulement de l'atelier

- Placez-vous en face de lui, et commencez par exercer des contre-pressions avec vos mains ouvertes contre les siennes, de façon à lui faire plier ses bras sur ses avant-bras.
- Faites-le ensuite avec le livre.
- Spontanément, il va repousser vos mains, puis le livre. Au début, il poussera avec ses poings fermés, puis il apprendra vite à les ouvrir, car il aura un meilleur contact. S'il garde les poings fermés, vous pouvez lui suggérer : « *Tu ouvres les mains.* »
- Laissez-le exercer cette contre-pression, puis repoussez à nouveau ses mains ou le livre vers lui.
- Recommencez à lui faire plier les bras sur les avant-bras : « *C'est Maman/ Papa qui pousse.* »
- Parlez au cours de cet atelier, pour décrire ce que vous faites ou pour l'encourager : « *Allez, pousse, oui, tu pousses bien les mains de maman/ Papa/le livre !* »
- Associez-le à votre geste : « *Tu aides Maman/Papa à tenir le livre ?* »
- Vers 1 an, vous n'aurez plus besoin de tenir le livre pour l'empêcher de tomber, celui-ci tiendra tout seul grâce à la contre-poussée.
- Faites le même atelier avec ses pieds, lorsqu'il est couché sur le tapis d'éveil.

Le conseil du pédiatre

- Expliquez-lui et décrivez-lui ce qui se passe.

Je roule en ballon

L'acquisition de la marche doit se faire spontanément, selon le rythme de l'enfant. Il n'est pas conseillé de le tenir debout alors qu'il n'y arrive pas encore ; il faut le laisser apprendre seul en se tenant sur des coussins, des poufs, de petits meubles. On parle alors de motricité libre. Une fois qu'il sait se mettre debout, vous pourrez l'aider à se stabiliser et à verrouiller avec cette activité, ce qui sera très utile pour conforter la marche et prévenir les chutes.



Matériel

- Un ballon géant gonflable pour exercices de motricité (75 ou 95 cm de diamètre).



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Comportement instinctif
- Structuration spatiale et latéralité
- Développement psychoaffectif, prise de confiance



Quand ?

- Lorsqu'il commence à se mettre debout tout seul en se tenant au canapé ou à un petit meuble, et hésite à aller plus loin.



Où ?

- Sur un tapis de jeu en mousse pour sécuriser l'environnement.



Comment ?

- En le laissant pieds nus pour mieux adhérer au sol et ne pas risquer de glisser.

★ Déroulement de l'atelier

- Placez le ballon sur le tapis en mousse à côté de votre enfant, et asseyez-vous de l'autre côté du ballon ❶.
- Tenez-le par les avant-bras et tirez-le vers le ballon. Doucement, il s'appuie sur le ballon et ses pieds quittent le sol ❷.
- Faites marche arrière, pour qu'il repose ses pieds à terre.
- Lâchez-le : il prend confiance, cherche sa stabilité, contracte ses muscles extenseurs et ses abdominaux.
- Recommencez en le faisant monter plus haut, à l'horizontale ❸. Et de même, faites-le revenir en arrière. Il va anticiper, tendre les jambes, car il sait que ses pieds vont retrouver le sol.
- Avec plus d'expérience, vous pourrez le faire basculer de l'autre côté, tête en bas. Spontanément, il va apprendre à se retourner et à se réceptionner comme il faut à la verticale.



Le conseil du pédiatre

- Expliquez-lui chaque étape, n'hésitez à rouler vous-même sur ce ballon qui peut servir à toute la famille.

Escaliers, j'assure !

S'il y a des escaliers chez vous ou quelques marches, vous pouvez lui apprendre à monter puis descendre les escaliers à quatre pattes : c'est une étape essentielle, aussi importante que l'acquisition de la marche. Cet atelier permet d'anticiper un éventuel accident.



Matériel

- Ses jambes ; ses mains ; vos mains ; les marches d'escalier (ou d'un petit toboggan).



Acquisitions

- Tonus musculaire, maîtrise des sphincters
- Motricité globale
- Comportement instinctif
- Concentration, coordination, autonomie



Déroulement de l'atelier

- Commencez par lui montrer comment vous ou les autres enfants montent les marches à quatre pattes.
- Laissez-le essayer, en vous mettant derrière lui pour le sécuriser et l'encourager. Ne cherchez pas à le pousser par les fesses, ne l'aidez pas.
- Faites-le commencer par le bas, et non pas à mi-parcours, car il doit trouver la bonne position à plat devant la première marche pour tendre les bras en avant, redresser son tronc, prendre appui sur ses genoux et pousser sur les jambes.
- À chaque marche franchie, félicitez-le.
- S'il n'y arrive pas, aidez-le à poser les mains sur la première marche. S'il ne veut pas, n'insistez pas, il n'est peut-être pas encore prêt, vous pourrez réessayer quelques jours après.
- Quand il aura pris de l'assurance, vous pourrez lui montrer comment descendre à reculons, ce qui est plus compliqué, car il doit apprendre à tourner la tête pour regarder et anticiper. Là aussi, sécurisez-le sans l'aider.

Le conseil du pédiatre

- Faites cette activité au calme, évitez qu'il y ait une autre personne qui détourne son attention ou un animal de compagnie qui pourrait le bousculer et lui faire peur. Attention à la sécurité, surtout si vous allez chez des gens qui ont des escaliers et pas de barrière.

Objectif table basse

Pour se lancer dans les premiers pas, il a tellement de choses à faire en même temps : mettre un pied devant l'autre, garder son équilibre au moment où une jambe ne touche plus le sol pour être lancée en avant, observer ce qui nous entoure... À cet âge, votre enfant tient debout depuis peu, il est encore mal assuré, se redresse seul à l'aide du canapé, ne fait pas encore de pas, mais essaye. Vous pouvez l'aider à verrouiller ses muscles abdominaux pour préparer ses premiers pas.



Matériel

- Un objet familier (son doudou, une peluche...) ; le canapé ; la table basse (débarassée de tout objet) que vous aurez rapprochée du canapé.



Acquisitions

- Tonus musculaire, motricité globale
- Comportement instinctif
- Mouvements, prise de confiance
- Structuration de la latéralité et spatio-temporelle



Quand ?

- Lorsque vous êtes seul(e) avec lui.
Dès qu'il se met debout en se tenant, mais avant ses premiers pas.



Où ?

- Près du canapé.



Comment ?

- En lui faisant porter ses chaussons.

★ Déroulement de l'atelier

- Il vient de se hisser le long du canapé, il est en confiance. Attirez son attention en posant derrière lui, sur la petite table, l'objet familier, en le désignant :
« Oh ! voilà le doudou ! »
- Par curiosité, il tourne la tête, puis les épaules pour voir ce qui se passe derrière lui. Il est encore hésitant, la curiosité va l'emporter, il va lâcher une main pour exercer une torsion de son torse sur son bassin. Encouragez-le : « Tu prends le doudou ? Il est pour toi. » Ne l'aidez pas.
- Il va prendre appui avec un avant-bras sur le canapé pour déverrouiller l'autre bras, qu'il va lancer vers l'objet. La torsion-rotation va se poursuivre vers le bassin, puis vers les jambes. Spontanément, il va exercer une flexion-rotation de la jambe tournée vers l'objet et va ainsi se retrouver perpendiculaire et au canapé et à la petite table.
- Il va vite comprendre qu'il peut trouver un nouvel appui. Laissez-le gérer sa motricité. Peu à peu, après plusieurs exercices, il parviendra à saisir l'objet et terminera sa rotation complète, avec rapatriement de l'autre jambe pour prendre appui complètement sur le nouveau support.



Le conseil du pédiatre

- Avec le temps, vous pouvez augmenter l'écart entre le canapé et la table basse, et varier l'objet-jouet.

Panier découverte

Vous allez ici apprendre à votre enfant à prendre par lui-même des objets mis dans un panier et à les sortir dans l'ordre qui lui plaît. Par la suite, vous rangerez ces objets par thèmes dans des paniers différents. Cette activité est très bonne pour son développement sensoriel, son autonomisation, sa mémorisation et sa motricité fine.



Matériel

- Un panier ; des objets de la vie de tous les jours qu'il vous voit manipuler : brosse à cheveux, brosse à dents, petite balle, petite peluche,

coquetier, petite cuiller, volant de badminton, pelle à tarte en plastique, éponge, petit râteau de jardin à main, etc.



Acquisitions

- Développement sensoriel : toucher, espace de vision
- Tonus musculaire

- Motricité globale et fine
- Fonctions cognitives : accrochage yeux, phonétique, vocabulaire



Déroulement de l'atelier

- Placez le panier près de lui et laissez-le faire, il va se servir. Puis, passez à l'objet suivant, c'est tout l'intérêt de la découverte. Il va se retrouver avec un objet dans chaque main, et devra faire des choix, poser un objet pour en saisir un autre.
- Une fois qu'il se sera habitué au contenu du panier, nommez chaque objet au moment où il le prend.
- Vous pouvez aussi, avec des mots simples et des gestes adaptés, lui expliquer à quoi servent les objets : « Maman se coiffe, c'est une brosse. » ou : « Oh ! la petite balle toute ronde ! »
- Quand il aura 9 mois environ, utilisez plusieurs paniers ne contenant chacun que des objets de même catégorie : cuisine, toilette, jardinage... Laissez-les à sa disposition, posés sur une étagère basse, afin qu'il se les approprie quand il veut.
- Là aussi, une fois qu'il est familiarisé, nommez, expliquez à quoi servent les objets et, peu à peu, montrez-lui que la brosse va avec le peigne, la petite pelle avec le petit râteau, la cuiller avec le moule à gâteau, etc.
- En fin d'activité, incitez-le à ranger chaque objet dans le panier adapté.

Petite boule disparaît

Faire disparaître une petite boule de sa vue l'aide à passer une étape importante dans son développement. En effet, cela lui permet de prendre conscience de la permanence de l'objet, c'est-à-dire du fait que l'objet disparaît, mais réapparaît, qu'il lui suffit de chercher ou de patienter. Ainsi en va-t-il de l'objet, mais aussi du parent qui quitte la chambre et va revenir. Comprendre cela le rassure, lui fait prendre confiance.



Matériel

- Une boîte de notion de permanence de l'objet que vous pouvez soit construire si vous êtes bricoleur (attention aux échardes et à ce que la petite porte ou le tiroir coulisse bien), soit vous en procurer une.



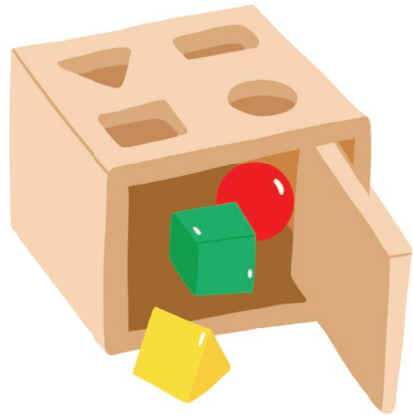
Acquisitions

- Toucher, espace de vision
- Comportement instinctif
- Coordination œil-main



Déroulement de l'atelier

- Faites passer la petite boule par le trou, en laissant la petite porte ouverte afin qu'il comprenne que l'objet réapparaît en dessous et roule :
« Oh ! La petite boule, la voilà ! »
- Prenez-la, recommencez doucement en lui expliquant et en nommant l'objet. Laissez votre enfant faire. Il va comprendre par lui-même cette notion de permanence, qui est très rassurante pour lui.
- Rapidement, fermez la petite porte (ou le petit tiroir) ; il doit alors effectuer un geste supplémentaire pour récupérer l'objet.
- Avec le modèle montré ici, vous pourrez par la suite alterner les formes, en utilisant une seule forme à chaque fois, c'est essentiel.
- Quand il aura pris de l'assurance, installez le couvercle avec les trois formes (triangle, rond, carré) : l'exercice ne sera plus celui de la notion de permanence de l'objet, mais de la réflexion avec intervention de son intellect.



Il est où le ballon ?

Cet atelier très simple, avec un ballon, va stimuler la curiosité de votre enfant et renforcer la notion de la permanence de l'objet avec sa réapparition. L'essentiel est qu'il comprenne que vous attendez quelque chose de lui : retrouver la balle ou le ballon. Cet exercice est très bon pour la prise de confiance en lui.



Matériel

- Un petit ballon ou une petite balle, éventuellement deux petits cartons ;
- facile à saisir avec ses mains ;



Acquisitions

- Toucher, espace de vision, détection des mouvements
- Réaction comportementale et instinctive
- Fonctions cognitives : accrochage des yeux, vocabulaire
- Communication, socialisation, prise de confiance



Déroulement de l'atelier

- Installez votre enfant assis au sol et prenez la petite balle. Faites-la apparaître devant lui et nommez-la : *« Oh ! la petite balle, comme elle est jolie ! »*
- Faites-la disparaître dans votre dos en prenant un air étonné : *« Elle est partie où la balle ? »* Il devrait être surpris, vous regarder.
- Faites réapparaître la balle : *« Et voilà la balle qui est revenue ! »*
- Tendez-la-lui : il la prend, en rit, la rejette peut-être. Vous pouvez renouveler le jeu.
- Par la suite, vous pourrez faire disparaître la balle dans une de vos poches ou sous votre pull en faisant semblant de ne plus savoir où elle est : *« Mais je l'ai mise où la balle ? »* Ses yeux vous donneront la réponse, puis ses mains, lorsqu'il saura se pencher pour toucher la bosse sous votre pull.
- Quand il aura assimilé cette étape, vous pourrez placer la balle derrière lui, la faire passer alternativement à sa gauche puis à sa droite sans la lâcher, plusieurs fois, puis tout à coup la laisser derrière lui : *« Je n'ai plus la balle, tu peux m'aider à la retrouver ? »* C'est là que sa motricité (il va apprendre à se retourner), son sens de l'observation, son comportement instinctif seront stimulés.
- Vous pouvez complexifier l'exercice en cachant la balle dans l'un des cartons posés devant lui, il va devoir se lever, regarder dans chacun d'eux pour retrouver l'objet. Félicitez-le lorsqu'il retrouve la balle ou le ballon.

Signes et paroles

Le principe de cet atelier est de se servir de signes faits avec la main, inspirés de la langue des signes chez les malentendants, sans tomber dans une gestuelle qui s'apparente à un ordre donné. L'objectif est que votre enfant comprenne qu'il y a un mode de communication possible qui allie le geste et le regard. Il apprend alors à se concentrer et à éviter les frustrations, à prendre confiance en lui, à tisser un lien parent-enfant privilégié. Il ne s'agit pas réellement de la langue des signes pour malentendants, qui est très structurée. Nous parlons ici de Langue des Signes pour Bébés (LSB), ou de communication gestuelle associée à la parole. Cette méthode, qui rencontre un grand succès aux États-Unis, est développée en France par des associations (par exemple « Signe avec moi ») et crèches (le réseau « La Maison bleue »). Plus tard, à l'école, lorsque l'apprentissage du langage sera mieux maîtrisé, cela lui permettra de gérer ses émotions et de les exprimer.



Matériel

- Les mains ; le visage ; les yeux.



Acquisitions

- Développement cognitif verbal
- Mémorisation, pouvoir imaginaire
- Développement psychoaffectif, confiance en soi



Déroulement de l'atelier

- Vous avez probablement déjà l'habitude d'utiliser vos mains auprès de votre enfant pour lui dire : « bravo », « au revoir », « manger », « bisous », « dodo », « l'oiseau vole », « téter », etc.
- Allez plus loin en lui en apprenant d'autres, simples, codifiés, qui vous permettront par exemple de communiquer avec lui lorsqu'il y a du bruit, dans un magasin, ou de « signer » toute action, c'est-à-dire, de faire le geste correspondant avec le regard : « maison », « j'ai faim », « arbre », « maman », « eau », « j'ai soif », « changer la couche », « je suis là », etc.
- Vous pouvez vous aider de comptines qui lui permettent de mimer les gestes qui correspondent à l'action (par exemple, « la chanson du hérisson » sur le site de l'association Signe avec moi).

Je marche à quatre pattes

Le passage par le quatre-pattes, après avoir appris à ramper, est important pour chaque enfant, avant d'évoluer vers la position debout, puis la marche. L'objectif est de lui donner la position optimale pour que spontanément, toujours en respectant le principe de la motricité libre, il comprenne que la flexion de ses jambes (dont il a pris conscience depuis peu) sur son bassin peut venir en complément de ses avant-bras pour organiser une position nouvelle. Cependant, il arrive que certains enfants ne passent ni par le rampage, ni par le quatre-pattes. Ici, nous vous donnons quelques clés pour passer de cette position fixe au « marché » à quatre pattes.

Matériel



- Un jouet attrayant ou un petit panier avec quelques petits jouets de couleur à saisir.



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Motricité globale
- Comportement instinctif
- Autonomisation, prise de confiance



Quand ?

- En fonction de son développement, de spectateur il deviendra peu à peu acteur.



Où ?

- En intérieur comme en extérieur dans le jardin.



Déroulement de l'atelier

- Placez le jouet ou le panier à une vingtaine de centimètres de hauteur, en face de votre enfant, à un mètre de distance de lui.
- Installez votre enfant sur le ventre, asseyez-vous derrière lui avec une jambe de chaque côté, ou à côté de lui 🟢.

- Il va pousser vers l'arrière sur ses bras de façon à se retrouver à quatre pattes, ses jambes repliées, puis genoux tenus (il tient ses genoux rapprochés et non plus écartés) ②. Il va ensuite spontanément chercher à avancer pour saisir l'objet. Veillez à ce que ses bras soient tendus et ses genoux stabilisés.
- Saisissez ses cuisses, attendez qu'il ébauche le mouvement pour avancer,

vous pouvez alors donner une petite impulsion pour faire avancer un genou ③.

- Sa hanche doit alors se fléchir sur son abdomen ; si ce n'est pas le cas, stimulez-la légèrement, sans la brusquer. Il va prendre de l'assurance, et comprendre peu à peu la technique d'alternance des genoux pour avancer.



①



②



③

Le conseil du pédiatre

- Ne l'aidez pas à se mettre à quatre pattes, il doit y arriver seul, après avoir appris à ramper.

De 12 à

18 mois

A cet âge, votre enfant a acquis la position debout, il se déplace sur ses deux jambes, avec ou sans appui. Il faut désormais le laisser découvrir son environnement par lui-même, respecter cette notion de **motricité libre**, non contrainte. Il prend confiance, ne lui mettez pas la pression afin de ne pas développer chez lui ce sentiment de « compétition » ou d'objectif à atteindre. Il doit apprendre pour lui, et non pour faire plaisir aux autres.

Les étapes essentielles dans cette période

Dans cette période des 12-18 mois, il est encore dans la phase de l'angoisse d'abandon. Il « négocie » pour aller au lit le soir, il préfère rester un peu plus longtemps avec vous, c'est légitime.

Il découvre le monde d'une autre manière, il s'autonomise, prend confiance et va par conséquent au-devant de certains dangers : les chutes contre la table basse, dans l'escalier... Les risques d'accidents domestiques arrivent souvent à cette période. Il convient de disposer les « produits » dangereux hors de sa portée. Il est temps de lui faire découvrir justement ce qui pourrait devenir un danger : les ouvertures de porte, les marches d'escalier, les tiroirs, la glissade dans la baignoire, les prises électriques. Plutôt que de lui interdire certaines choses, expliquez-lui où est le danger.

Instaurer des routines (pour le coucher, les soins d'hygiène, le repas, la promenade) rassure l'enfant ; elles lui permettent de savoir ce qui va arriver et ainsi, il se situe dans le temps. Il apprend alors à prendre soin de son corps et à s'affirmer.

Sur le plan moteur

- On considère que l'enfant doit marcher avant l'âge de 18 mois. Il commence à lancer les jambes de manière déliée. Ses pieds paraissent encore plats, c'est normal. Il peut arriver qu'un enfant ne commence à marcher qu'après 18 mois, par exemple s'il est tombé plus jeune et qu'il est dans la peur. Dans tous les cas, votre pédiatre fera le point avec vous sur ses acquisitions.
- Il comprend que cette étape lui permet de faire davantage de choses : accéder à ce qui est posé sur la table, ouvrir un tiroir, voir le monde de plus haut. La marche est la première grande étape de l'autonomie.

- Sur le plan de la motricité, l'acquisition de la propreté peut tranquillement commencer vers 18 mois, ses sphincters commençant à mûrir. Mais patience, ne mettez aucune pression, chaque enfant a son propre rythme.
- En position debout, il sait se pencher pour aller chercher un objet à terre.
- Il commence aussi à avoir une main dominante qui tient les contenants, et l'autre qui va chercher le contenu (un cube dans une tasse par exemple). Il saisit bien les objets avec la « pince » pouce-index.

Sur le plan visuel

- Son espace de vision s'est bien étendu ; les mouvements rapides ne lui échappent plus, et son acuité visuelle augmente.

Sur le plan auditif

- L'apprentissage du langage et des premières syllabes dépend de la bonne intégrité de son appareil auditif, que le pédiatre vérifiera régulièrement.

Le langage

- Le langage oral se développe par les sons que votre enfant entend sortir de votre bouche. Il sait dire « papa » ou « mama », il commence à babiller un minimum de cinq mots. Il comprend les interdits que vous prononcez, les informations pratiques telles que « *tiens* », « *donne-moi* », « *au revoir* », « *bravo* », et il sait rechercher l'objet caché que vous nommez.
- De nombreux facteurs vont intervenir dans sa gestion : qui parle à la maison, dans quelle(s) langue(s), quelle est la qualité du langage des adultes et des autres enfants, le désir de communiquer, la structuration affective, ses capacités de mémorisation, ses mouvements respiratoires et phonatoires, etc.
- Il est capital qu'il entende la langue « maternelle » bien construite et « positivement » connotée : là encore, évitez de lui « parler bébé ».

Le toucher

- Il a compris que certaines choses, par exemple les brûlures, font mal.

L'olfaction, le goût

- Il saura vous faire comprendre ce qu'il aime et ce qu'il ne veut pas manger. Ne le forcez jamais, il avancera lui-même dans la découverte. La mastication est à privilégier pour qu'il développe bien son palais en largeur et profondeur.

Structuration dans l'espace

- Il analyse et perçoit mieux l'espace autour de lui. Il commence à comparer ses gestes aux résultats qu'il obtient quand il agit, il a désormais des références, il s'autocentre : il constate que certaines choses sont plus grandes que lui, d'autres plus petites, proches ou lointaines.

Développement psychoaffectif et cognitif

- Il débute son organisation autour des premières négations qui lui sont adressées : « *Non, il ne faut pas faire ceci* ». Son « surmoi » se développe en conséquence, il apprend à désigner l'autre : « mama », « papa ». Il peut parfois montrer des signes d'angoisse en rapport avec les progrès qu'il fait dans ses découvertes. Cela pourra se traduire par des bouffées d'agressivité, de rejet brutal. Il prend conscience du pouvoir du mot « non » sur les autres.

Sommeil

- Il fait désormais deux siestes dans la journée, celle du matin va peu à peu disparaître. Il peut commencer à avoir des terreurs nocturnes, ces réveils agités qui apparaissent environ une à trois heures après le coucher.

L'acquisition de la marche, étape fondamentale, lui donne un autre statut : il voit les choses de plus haut, se déplace, se mesure à vous. Il fait une fixation sur les petits objets et les détails, il a tant à découvrir à chaque instant. Laissez-lui ce temps de découverte qui va nécessairement impacter votre propre emploi du temps, soyez patients. Le temps passé à l'habillage ou au repas va peut-être augmenter, c'est bon signe : c'est qu'il est en éveil et veut en savoir chaque fois davantage. Profitez-en pour « alimenter » sa curiosité avec les activités décrites dans ce chapitre.

Parcours d'obstacles

L'objectif de cet atelier est de disposer un parcours d'obstacles dans le salon ou le jardin, qu'il conviendra de franchir en alternant le ramper, le quatre-pattes et la marche. Il développera ainsi son adresse, son habileté, sa mémorisation et apprendra à appliquer des consignes précises.



Matériel

- Une couverture ; une chaise ; deux gros livres ; deux distributeurs

de mouchoirs en papier vides ;
un morceau de tissu coloré.



Acquisitions

- Tonus musculaire, motricité
- Comportement instinctif
- Socialisation

- Fonctions cognitives : mouvements, adaptation aux ordres



Déroulement de l'atelier

- Disposez un parcours : d'abord la couverture, puis la chaise, ensuite les deux livres posés l'un à côté de l'autre, puis les deux boîtes de mouchoirs vides, et pour finir le carré de tissu coloré posé à plat.
- Faites en sorte qu'il vous regarde pour faire le parcours sous ses yeux.
- Mettez-vous à plat ventre, mettez la couverture sur vous, sortez-en la tête puis quittez la couverture en rampant ❶.
- Rejoignez la chaise pour passer dessous ❷.
- Levez-vous pour placer chacun de

vos pieds sur un livre, comme une marche à franchir.

- Rejoignez les deux boîtes à mouchoirs vides pour les enfiler avec vos pieds, et essayez de marcher avec ces « chaussures » improvisées pour rejoindre le tissu de couleur posé à terre, arrivée du parcours ❸.
- Saisissez-le et remettez-le-lui en disant : « Bravo ! »
- Remettez tout en place, invitez-le à faire la même chose, en l'accompagnant, en lui expliquant chaque étape, en nommant les obstacles.



Le conseil du pédiatre

- Selon son éveil, son écoute, sa curiosité, diversifiez le parcours avec le temps : un tunnel construit avec un grand carton ouvert des deux côtés, des couvercles de plastique, des chaussures d'adulte, un tunnel fait avec des cartons posés sur des chaises...

J'ouvre les portes

Votre enfant explore le monde de plus haut, il marche, se met debout, se déplace le long des meubles et découvre... les tiroirs et les portes. Il ne sait pas ouvrir les poignées, mais va tenter de le faire, bien entendu, pour vous rejoindre dans une autre pièce. Pour éviter qu'il ne se coince les doigts dans les huisseries ou que la porte ne se claque brusquement sur ses phalanges, vous pouvez lui apprendre à actionner les poignées. Cela éveillera son attention et lui donnera confiance. Cela ne vous empêche pas de sécuriser les battants ou les huisseries (fenêtres, portes-fenêtres, hauts d'escalier).



Matériel

- Une porte dont la poignée est à sa portée ; une poupée ou son nounours.



Acquisitions

- Réflexes
- Réaction comportementale
- Motricité fine et motricité globale
- Adaptation aux ordres, autonomisation, prise de confiance



Déroulement de l'atelier

- Commencez par une porte entrebâillée. Lorsque vous le voyez essayer d'ouvrir une porte, dites-lui : « Attends, je vais te montrer comment ouvrir la porte ». Vous nommez ce que vous faites. L'objectif est de l'accompagner lorsqu'il pousse la porte pour ne pas tomber en avant et se faire mal.
- Après l'avoir fait vous-même, servez-vous de la poupée pour effectuer le même geste, poussez la porte avec la main de la poupée : il va s'identifier et comprendra plus aisément.
- Lorsqu'il tient mieux debout et qu'il saisit la poignée, montrez-lui comment la tourner ; faites de même avec la poupée.
- Laissez-le ensuite vous imiter, puis pousser. Cela prend du temps, c'est normal.
- Montrez-lui qu'il peut se coincer les doigts entre la porte et le battant : simulez de vous coincer les doigts, faites de même avec la poupée : « Oh ! La pauvre poupée, elle s'est fait mal avec la porte, il faut bien faire attention ! »

Le conseil du pédiatre

- Vous pourrez faire de même avec les tiroirs situés à sa hauteur. Mais sécurisez les tiroirs et portes qui doivent l'être.

Je franchis le cerceau

Dans cet atelier, vous allez vous servir d'un cerceau posé à terre et inviter votre enfant à le franchir pour prendre de l'assurance dans la position debout. C'est une excellente manière pour qu'il prenne confiance tout en pivotant sur lui-même pour observer, avancer, marcher, franchir.



Matériel

- Un large cerceau léger et plat ; un carré de tissu coloré (avec un animal brodé ou dessiné dessus, mais ce n'est pas obligatoire) ; deux livres.



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Réaction comportementale, motricité globale
- Communication, mouvements
- Autonomie



1



2

★ Déroulement de l'atelier

- Disposez le cerceau à terre, et le carré de tissus au milieu du cerceau.
- Déplacez-vous à l'intérieur, simplement en franchissant le cercle, puis mettez les pieds sur le carré coloré.
- Dites-lui : « *Et voilà, maman/papa est dedans, tu veux essayer ?* » ou : « *Et voilà, je suis monté(e) sur l'éléphant, veux-tu essayer ?* »
Son attention est ainsi captée, il se tient au rebord d'un meuble, comprend qu'il y a une invitation.
- Sortez du cerceau pour le laisser venir.
- Vous pouvez lui tendre la main pour l'aider à le franchir avec confiance, et qu'il se retrouve lui aussi au centre ❶. Encouragez-le : « *Tu y es arrivé, bravo !* »
- Lorsqu'il est au centre, placez-vous derrière lui et soulevez le cerceau autour de lui jusqu'à sa taille de façon à ce qu'il puisse le saisir.
- Déplacez doucement le cercle : il va avancer en s'y tenant.
- S'il est à l'aise, vous pouvez lâcher le cerceau, pour qu'il continue d'avancer (tout en l'agrippant) et traîne le cerceau en avançant. Cela l'aide à prendre confiance ❷.
- Quand il franchira facilement le cerceau, vous pourrez relever le cerceau de 2 ou 3 cm en mettant deux livres peu épais en dessous, et lui montrer qu'il faut lever la jambe pour franchir l'obstacle et se retrouver au milieu : « *Et hop, tu vas lever le pied !* »

Le conseil du pédiatre

- Respectez bien les étapes en fonction de sa prise de confiance. L'objectif est de rajouter une étape à chaque fois, et non de complexifier trop vite.

Au bord du tapis, je lève le pied

Votre enfant a pris de l'assurance dans la marche sans appui. Quand il vous voit ou aperçoit quelque chose, il sait basculer légèrement en avant et partir vers l'objectif à atteindre. Il regarde à l'horizontale, et ne fait guère attention aux obstacles sur le sol. Il risque donc de tomber en avant, de se faire peur ou mal. Il apprendra par lui-même à éviter les obstacles, mais vous pouvez l'aider à observer les embûches, à lever le pied.



Matériel

- Un tapis ; un coussin.



Acquisitions

- Tonus musculaire, réaction comportementale
- Motricité globale
- Fonctions cognitives : accrochage des yeux, mouvements
- Socialisation, autonomie



Comment ?

- Vous vous positionnez devant lui, vous l'invitez à vous rejoindre.



Déroulement de l'atelier

- Faites en sorte que votre enfant se tienne debout sur le tapis, et accroupissez-vous en dehors du tapis.
- Tendez-lui les bras : « *Tu viens rejoindre maman/papa ?* » Il n'y a pas d'obstacle dans ce sens.
- Une fois qu'il est en dehors du tapis, installez-vous dessus et tendez-lui les bras : tenez-vous prêt(e) à le recueillir dans vos bras s'il tombe à cause du bord du tapis.
- La fois suivante, laissez-le encore en dehors du tapis et placez-vous dessus, mais éloignez-vous un peu, et disposez un coussin entre vous et lui, près du bord du tapis. Tendez-lui les bras pour qu'il vienne vers vous. S'il tombe, ne lui tendez pas forcément les bras, il va tomber sur le coussin, sans se faire mal.
- Dites-lui : « *Ah, tu as vu, il y a le tapis* » en lui montrant le rebord.
- Mimez-vous en train de trébucher, pour qu'il comprenne qu'il doit regarder vers le bas.
- Une autre fois, vous pourrez refaire la manœuvre, cette fois-ci en relevant légèrement le bord du tapis, et toujours avec le coussin. Observez-le ; s'il tombe à nouveau, expliquez-lui : « *Oh tu as vu le tapis, il faut bien lever la jambe* » en lui montrant.

Pieds nus sur le sable

Votre enfant marche depuis peu, il prend confiance et fait désormais quelques pas sans appui avec plus d'assurance. Si vous avez accès à un bac à sable dans un jardin public ou si vous êtes en bord de mer, cet exercice va stimuler son sens de la **proprioception**, c'est-à-dire sa capacité à se reconnaître dans l'espace. La marche pieds nus doit être favorisée souvent chez l'enfant. Cela aidera aussi à la formation de la voûte plantaire.



Matériel

- Un large bac à sable ou la plage ;
un petit seau d'eau en plastique.



Acquisitions

- Toucher
- Motricité, équilibre
- Structuration spatiale
- Tonus musculaire, motricité globale et motricité fine



Déroulement de l'atelier

- Laissez-le évoluer pieds nus, sur une étendue plane de sable sec, et prendre confiance.
- Faites-le ensuite marcher sur une étendue de sable parsemée de petits creux et de petites bosses : il mettra ainsi en action les muscles de ses pieds et de ses chevilles. Ses orteils entreront en action mieux que s'ils étaient coincés dans une bottine.
- Plus tard, vous pouvez le laisser marcher sur une étendue de sable sec, mais un peu en pente : il mettra ici en action ses muscles des orteils, de l'avant-pied et des chevilles, mais aussi son système labyrinthique au niveau de l'oreille interne. Et s'il tombe, il ne se fait pas mal.
- Plus tard, vous pouvez le laisser porter un petit seau d'eau et faire des allers-retours pour aller le vider dans cette zone de sable sec.

Les conseils du pédiatre

- Privilégiez le sable sec.
- Favorisez la marche pieds nus le plus souvent possible, car chaque os du pied mettra davantage en action les muscles qui lui sont affiliés plutôt que coincé dans une bottine.

Je fais des pâtés dans le bac à sable

Votre enfant sait se servir de ses mains pour prendre, compacter, passer d'une main à l'autre, découvrir les textures, les températures des objets. Vers 15 à 18 mois, il évoluera vers l'autonomie, alors qu'entre 12 et 15 mois, c'est la motricité fine qui se travaille. C'est la bonne période pour lui faire découvrir le sable et ce qu'on peut en faire, par exemple des petits pâtés qu'il aura plaisir à toucher, à déformer et à détruire.



Matériel

- Du sable un peu mouillé ou un mélange de farine (blé, épeautre) et d'huile (amande douce, tournesol ou colza) ; une baignoire ou un plateau large à rebords.



Acquisitions

- Concentration, prise de confiance
- Motricité fine
- Comportement instinctif
- Autonomie



Déroulement de l'atelier

- Si vous n'avez pas de sable, mélangez dans un grand récipient 8 verres de farine et 1 verre d'huile. Si vous avez du sable, humidifiez-le.
- Malaxez avec lui pour qu'il découvre la texture et la température.
- Déposez le mélange devant lui et, avec vos mains, commencez à faire des petits tas :
« Regarde ce que font mes mains. »
- Laissez-le vous imiter, il fera surtout des traces et des barbouillages dans la matière : c'est un très bon début, laissez-lui le temps.
- Une fois qu'il l'aura apprivoisée, mettez la matière dans un petit pot et demandez-lui de tasser avec vous.
- Démoulez le petit pâté ainsi formé et laissez-le y mettre les mains, le détruire. Expliquez-lui qu'on peut en mettre plusieurs l'un à côté de l'autre : il prend conscience qu'au lieu de détruire, on peut développer. Il se structure et comprend qu'avant de faire disparaître, on peut faire apparaître, c'est-à-dire créer.
- Laissez-le prendre possession et reproduire, travailler son imagination.

Merci, mon ami !

Avec cet atelier, vous allez apprendre à votre enfant à aller vers l'autre, à se déplacer, et à lui donner quelque chose. C'est une étape importante dans sa socialisation, le bien-vivre ensemble et sa prise de confiance, car le petit enfant est centré sur son plaisir et sur la satisfaction immédiate de ses besoins ; le jouet fait partie de lui-même.



Matériel

- Un jouet ou une peluche qui lui appartient, qui fait partie de son environnement.



Acquisitions

- Motricité fine
- Comportement instinctif
- Développement psychoaffectif
- Communication : phonétique, vocabulaire
- Développement psychoaffectif



★ Déroulement de l'atelier

- Pour que l'atelier commence, il doit avoir un objet dans sa main, un jouet, une petite voiture, une petite balle.
- Commencez par tendre la main et dites-lui :
« *Tu me donnes la balle ?* »
- Attendez ; il va réfléchir, puis comprendre ce que vous demandez.
- Au bout de quelques tentatives, il vous donnera l'objet en venant vers vous. Remerciez-le.
- À votre tour, proposez-lui l'objet :
« *Tu veux la balle ?* » Et tendez-la-lui. Il prend ou pas, mais avec le temps, il comprendra qu'il y a là un échange possible, que ce jeu amusant et simple est gratifiant.
- Une fois qu'il sera familiarisé avec le geste de donner et de reprendre, vous pourrez lui proposer de donner le même objet à une tierce personne :

« *Tu donnes la balle au garçon/à la fille ?* »
Nommez l'enfant :
« *Le petit garçon s'appelle Jacques, tu lui donnes la balle ?* »
Là encore, il réfléchit, n'est peut-être pas prêt à donner à une personne autre que sa maman ou son papa. Il est important dans son développement qu'il comprenne que chacun a un prénom, cela favorise davantage sa socialisation. Cette étape du don à l'autre qui n'a pas la même place sur le plan affectif (étranger à la maison, à la famille) est capitale.
- Montrez-lui l'exemple :
« *Maman donne la balle à Jacques.* »
Jacques vous dit merci, puis vous rend l'objet. Remerciez à votre tour Jacques, félicitez votre enfant une fois qu'il donne.

Le conseil du pédiatre

- Il vous faut bien utiliser les mots qui accompagnent : *donner, prendre, merci, jouet, enfant, garçon, fille, le monsieur, la dame*. Et ne jamais le forcer, ne jamais lui dire : « *Tu n'es pas gentil de ne pas partager.* »

Poum par terre !

Dès l'instant où votre enfant sait se tenir debout et qu'il commence à se déplacer, avec ou sans appui, il va lui arriver de tomber. Avec cet atelier, vous pouvez lui apprendre à prendre confiance, d'une part pour qu'il ne se fasse pas mal quand cela arrive, d'autre part pour qu'il ne s'en effraie pas. En effet, certains enfants, si leurs premières chutes sont mal vécues ou mal accompagnées, vont régresser et revenir au « quatre-pattes » ou se déplacer sur les fesses, provisoirement.



Matériel

- Un jouet sonore : deux grelots attachés l'un à l'autre, par exemple.



Acquisitions

- Motricité globale
- Adaptation aux consignes
- Autonomie, structuration spatiale



Déroulement de l'atelier

- Dès que vous le voyez se redresser sur les jambes, mettez-le en situation pour favoriser sa prise de confiance dans l'espace qui l'entoure : tendez le bras vers le jouet sonore pour qu'il le saisisse tout en se tenant d'une main au support. S'il se laisse en effet tomber, dites-lui : « *poum par terre* », pour qu'il identifie cette action.
- Une fois qu'il prend un peu plus d'assurance, qu'il lâche une main et veut avancer, laissez-le progresser dans cette action de découverte essentielle.
- Dès que vous le sentez concentré, tendez-lui à nouveau cet objet sonore, sur le côté et non pas face à lui, de manière à ce qu'il tourne



légèrement le torse pour voir et attraper l'objet.

- Laissez alors tomber l'objet à terre en disant : « *poum par terre le jouet* ». L'objectif est qu'il fléchisse les cuisses pour le récupérer.
- S'il se laisse tomber en arrière : « *poum par terre* », montrez-lui que vous vous en amusez, pour qu'il s'en amuse lui aussi.
- Une fois qu'il a bien compris la signification de ce « *poum par terre* », vous pourrez lui montrer, par exemple avec une poupée ou son nounours : « *Oh ! Le nounours a fait poum par terre, il n'a pas mal.* » Mimez en donnant le grelot au nounours. Il comprend que tomber peut arriver, et va peu à peu anticiper.

Je tire la chasse d'eau

Votre enfant vous observe, il a remarqué que vous faisiez quelque chose d'amusant : vous appuyez sur la chasse d'eau, ça fait du bruit et de l'eau jaillit. Depuis peu, il se tient debout, il voit tout le processus, avec cet atelier, vous allez lui montrer comment cela fonctionne. L'intérêt est multiple : apprendre à se tenir debout de manière stable et se familiariser avec l'endroit, apprendre à se servir de sa main pour actionner une commande, observer l'effet produit.



Matériel

- Un dispositif de chasse d'eau à appuyer, ou avec un levier

(plus difficile), ou encore à l'ancienne avec une chaîne.



Acquisitions

- Espace de vision
- Tonus musculaire, motricité globale et motricité fine

- Comportement instinctif
- Autonomie



Déroulement de l'atelier

- Votre enfant a compris que vous aviez terminé votre passage aux toilettes ; il est temps d'actionner la chasse d'eau. Il est peut-être déjà debout sur le côté à essayer de l'atteindre.
- Dites-lui d'abord : « *Maintenant, tu peux poser ta main.* » Il se concentre, dirige sa main, puis ses doigts sur le bouton. Il doit stabiliser sa position debout, voire se dresser sur la pointe des pieds, et exercer sa motricité fine.

- Une fois qu'il a réussi à actionner la chasse d'eau, ou que vous l'y avez aidé, laissez-le observer l'effet produit : l'eau qui s'écoule. Pour cela, il doit se positionner autrement, exercer une rotation de son torse pour regarder l'eau qui jaillit.
- Enfin, il s'aperçoit que le papier de toilette a disparu, mais un autre papier peut le remplacer : c'est la permanence de la fonction et non plus de l'objet.
- Profitez-en pour lui apprendre qu'on se lave les mains après, il n'est jamais trop tôt pour cela (voir activité n° 77).



Le conseil du pédiatre

- Ne vous servez pas de cette activité pour le rendre propre. Certes, une fois qu'il utilisera lui aussi les toilettes (plus tard, vers 18 mois, 24 mois, 30 mois...), il tirera la chasse d'eau par lui-même, mais c'est un autre temps. Ne le grondez pas si vous le voyez actionner la chasse d'eau à tout moment, expliquez-lui que l'eau est précieuse et qu'il y a un temps pour cela.

Les mains propres

Si votre enfant aime jouer et découvrir l'eau, vous pouvez vous servir de cette activité pour éveiller sa motricité fine en mobilisant ses mains dans une bassine d'eau, avec comme finalité de lui apprendre à se les frotter l'une contre l'autre. Concentré ainsi à observer ses deux mains, il va découvrir qu'il peut non seulement jouer avec, mais aussi maîtriser certains mouvements simples : entremêler ses mains, battre l'eau, faire des remous, frotter ses mains, recueillir le petit savon.



Matériel

- Une bassine remplie d'eau ou un lavabo ; un savon (évités ceux qui sont parfumés ou qui contiennent

des conservateurs ou certaines substances de type méthylisothiazolinone (MIT) ou phénoxyéthanol).



Acquisitions

- Toucher
- Motricité fine

- Adaptation aux consignes
- Autonomie, prise de confiance



Déroulement de l'atelier

- Disposez une bassine d'eau devant votre enfant, ou installez-le devant un lavabo à bonne hauteur.
- Laissez-le y tremper les mains, et chercher à saisir le petit savon. Dites-lui que ce savon lui est dédié.
- Montrez-lui comment garder de l'eau dans la main en la retournant paume vers le haut, puis faites couler. Laissez-le vous imiter.
- Enduisez-vous les mains de savon, frottez-les l'une sur l'autre puis l'une contre l'autre : là aussi, il va peu à peu vous imiter.

- Expliquez-lui pourquoi se nettoyer les mains : « *Tes mains seront propres avant de manger.* »
- Proposez-lui de les rincer : il prend de l'eau avec une main et en asperge l'autre. Accompagnez ses gestes avec des explications simples : « *Il reste encore un peu de savon, là.* »
- Expliquez-lui les étapes. Plus il approchera de ses 18 mois, plus il deviendra habile et prendra l'habitude de procéder ainsi ; il comprendra mieux la notion d'hygiène.



Les conseils du pédiatre

- Ne cherchez pas non plus à le rendre « accro » au lavage intempestif des mains : ciblez les étapes essentielles (repas, toilettes, change, retour du jardin, maladie).
- Attention au robinet d'eau chaude, soyez toujours attentif.

Avec la cuiller, je sers papa

Naturellement, votre enfant est encore gauche pour se servir d'une cuiller, mais il s'applique, il veut vous imiter, il a compris que c'est une alternative à prendre les aliments avec la main. Dans cet atelier, avec un couvert adapté à sa main, vous pouvez l'aider à prendre de l'assurance ; rien de tel pour cela que de lui proposer de mettre la nourriture dans la bouche de papa ou de maman.



Matériel

- Une cuiller adaptée pour lui, avec un fond creux et non glissante ; une assiette ; une purée assez compacte.



Acquisitions

- Motricité fine
- Prise de confiance
- Fonctions cognitives
- Adaptation aux ordres, autonomie



Déroulement de l'atelier

- Pour commencer, préparez-lui une purée assez compacte. Vous pourrez ensuite passer à des compotes fluides, à du yaourt, puis à du pudding, et enfin à des petits pois, par exemple.
- Placez-vous devant lui, à sa hauteur, au cours d'un repas habituel.
- Ayez une éponge à portée de main pour nettoyer régulièrement : cela l'aidera à comprendre que l'objectif est d'en faire tomber le moins possible. Avec le temps, il se servira de l'éponge lui-même.
- Une fois qu'il a compris la prise de la cuiller et qu'il la dirige vers lui, approchez votre visage, ouvrez la bouche, en lui disant : « *Papa a faim, tu donnes un peu à papa ?* »
- Il est en capacité de comprendre désormais ce que vous attendez de lui. Cela l'amusera probablement ; s'il se lance, n'oubliez pas de lui dire merci, que c'est bon et que vous êtes heureux de partager sa nourriture.
- Vous pouvez aussi lui demander de prendre la purée pour la mettre lui-même dans l'assiette des parents.

Le conseil du pédiatre

- Si vous le pouvez, préférez la chaise évolutive à la chaise haute : elle renforce son autonomie en lui permettant d'y monter ou d'en descendre seul.

Jeux de couvercles

Au cours de cette activité visuelle et sonore avec des couvercles de cuisine, vous allez favoriser la prise avec la main de votre enfant, ce qui stimule la motricité fine et les réflexes comportementaux.



Matériel

- Des couvercles de casseroles de différentes tailles, en inox, avec poignée sur le dessus.



Acquisitions

- Toucher, audition
- Comportement instinctif
- Comportement
- Développement cognitif, appréciation des volumes, des grandeurs



Déroulement de l'atelier

- Commencez par un seul couvercle, de petite taille : posez-le devant lui, sans rien dire. Laissez-le l'observer, il vous a déjà vu(e) vous en servir. Il va chercher à le prendre, sur les côtés, puis par la poignée.
- Montrez-lui comment le faire pivoter sur lui-même comme une toupie : le couvercle va faire des cercles de plus en plus instables, pour finir par heurter le sol avec un bruit, pour son plus grand bonheur.
- Par la suite, vous pourrez lui montrer comment faire rouler le couvercle : c'est une étape qui va lui faire découvrir la notion d'équilibre.
- Disposez deux couvercles devant lui, de tailles différentes, et expliquez-lui que l'un est plus grand que l'autre : il comprend alors la notion de relativité.
- Vous pouvez maintenant lui demander quel est celui qui est le plus grand, quel est celui qui est le plus petit, il va comprendre.
- Vous pourrez le faire plus tard avec trois couvercles : quand vous le sentez prêt, demandez-lui de les aligner du plus grand au plus petit.
- Si vous avez un réceptacle à couvercles, vous pouvez lui demander de les ranger sur l'emplacement correspondant (en le tenant dans vos bras si celui-ci est en hauteur). Ainsi, chaque couvercle trouve sa place, ce qui le valorise tout en l'aidant à mettre en relation de taille.
- Vous pouvez aussi disposer devant lui les casseroles correspondant aux couvercles et lui demander de trouver les associations.

Et ron et ron petits bouchons

Avec de simples bouchons en plastique, cet atelier évolutif vous aidera à éveiller la curiosité et l'habileté de votre enfant.



Matériel

- Une trentaine de bouchons en plastique ; deux bacs en plastique ; une louche ; une pince à spaghetti.



Acquisitions

- Toucher
- Vision des couleurs
- Motricité fine
- Comportement instinctif



Déroulement de l'atelier

- Lorsque vous récoltez déjà vos bouchons en plastiques, avant qu'il ait 1 an, montrez-lui qu'il peut plonger la main dans le bac rempli de ces bouchons. Il appréciera de les toucher, de les attraper, de les sortir, voire de renverser le bac.
- Placez le bac devant lui et montrez-lui comment les saisir et les remettre dedans.
- Disposez le second bac vide à côté du bac plein.
- Proposez-lui de prendre les bouchons dans le bac plein et de les placer dans le bac vide, en lui expliquant l'objectif : vider pour remplir.
- Plus tard, vous pourrez lui suggérer de ne prendre que les bouchons de couleur rouge pour les mettre dans le bac vide, de faire des tas de différentes couleurs, ou d'autres propositions qui lui demanderont de trier. Soyez patient, félicitez-le quand le choix qu'il effectue est le bon.
- Plus tard encore, vous pourrez lui donner une louche, et lui demander de prendre les bouchons par paquets pour les transvaser dans le bac vide.
- Une fois cette habileté maîtrisée, vous pourrez lui demander de le faire avec une grosse cuiller à soupe.
- Une fois cette étape franchie, vous pourrez lui donner une pince à spaghetti qui fera intervenir davantage la motricité fine : prendre la pince, la presser pour saisir un bouchon après l'autre, et maintenir l'action pour relâcher dans l'autre bac. Cette étape aura développé chez lui une meilleure maîtrise de l'ouverture et de la fermeture de ses doigts, de la flexion-extension des poignets et de la rotation des avant-bras.

À la pêche aux cubes

Avec cet atelier simple, votre enfant apprendra à saisir la tasse, à y prendre l'objet : ces deux actions, chacune avec une main, entraîneront la coordination bimanuelle associative, et vous aideront à détecter quelle est sa main dominante (celle qui prend le cube).



Matériel

- Une tasse ronde simple avec anse ;
un cube (de petite taille pour

commencer, plus grand par la suite) ;
un ruban adhésif scratch.



Acquisitions

- Motricité fine : préhension en pince
- Réaction comportementale

- Phonétique
- Adaptation aux ordres



Déroulement de l'atelier

- Mettez le cube dans la tasse, et posez-la devant votre enfant.
- Observez-le. Spontanément, il va la saisir (par le bord au début) et la retourner sans vraiment réfléchir, ce qui fera tomber le cube. Laissez-le le prendre et l'observer, s'amuser à le taper sur le support (sol, table).
- Prenez la tasse par sa anse et renouvelez la manœuvre. Disposez à nouveau l'ensemble devant lui. Laissez-le faire, observez.
- À chaque fois, montrez-lui les étapes : prendre la tasse par l'anse d'une main, la soulever, puis prendre le cube avec l'autre main.
- Plus tard, vous pouvez coller sur deux faces opposées du cube un petit morceau d'adhésif scratch, de même au fond de la tasse, pour installer le cube au fond, scratch contre scratch.
- Développez l'action devant lui : prendre la tasse par sa anse, et de l'autre main, saisir le cube qui cette fois-ci ne ressort pas tout seul en renversant la tasse. Il faut le saisir avec la pince pouce-index.
- Réinstallez la tasse et le cube à l'intérieur devant lui et laissez-le faire. Il découvre qu'il y a eu un changement ; il doit se servir d'une main (ce sera la dominante) pour saisir le cube et non plus le faire rouler ou tomber, l'action est plus fine.
- Par la suite, montrez-lui que lorsqu'on remet le cube dans la tasse, parfois il reste collé au fond ; c'est une autre action qui lui demandera réflexion et observation.
- Vous pourrez ensuite varier les tailles du cube et de la tasse.

D'où vient ce bruit ?

Votre enfant se met debout depuis peu, il ébauche des pas, se tient encore au canapé ou à la chaise, débute la rotation de son thorax sur le bassin pour voir ce qui se passe autour de lui, voire derrière lui. Il prend de l'assurance. Vous allez vous servir d'une source sonore pour capter son attention, l'encourager spontanément à aller voir et à lâcher une main, puis les deux pour mettre un pied devant l'autre. Cette activité va favoriser le déplacement en « bipédie » et stimuler son désir d'exploration hors du champ visuel.



Matériel

- Une source de bruit : une boîte à musique, un petit mouton-comptines, une peluche interactive, un lecteur de disques, un dictaphone sur lequel vous avez enregistré votre voix ou des bruits divers...



Acquisitions

- Audition
- Motricité globale et fine
- Réaction comportementale, prise de confiance



Déroulement de l'atelier

- Veillez à placer l'objet sonore hors de la vue de votre enfant (au début à un ou deux mètres de lui, plus tard à l'autre bout de la pièce, derrière une porte entrebâillée ou sous un coussin voire dans un placard), à sa hauteur plutôt qu'à terre. Vous pouvez aussi cacher la source sonore dans un petit carton, posé sur une petite table distante, à côté de deux autres cartons vides, de même taille, mis à proximité. Le son doit être continu.
- Enclenchez l'objet sonore lorsque votre enfant a le dos tourné...
- Observez votre enfant qui entend et vous regarde, voit que vous-même êtes étonné. Parlez-lui : « Tu entends ? Qu'est-ce que c'est ? » Il s'interroge, cherche du regard, repère à peu près d'où vient le son.
- Nommez le son : « Tu entends la voix de papa ? Tu entends la musique ? » Votre interrogation captivera son attention et stimulera sa curiosité : « Tu cherches le bruit ? Elle est où la musique ? » De l'étonnement, il passe au besoin d'agir et donc de se déplacer pour se rapprocher de la source sonore.
- Aidez-le si besoin à repérer, guidez-le un peu, l'objectif étant qu'il trouve tout en se lançant sur ses jambes pour avancer et marcher.
- Une fois qu'il a trouvé, félicitez-le !

Roule, petite balle

Plus jeune, votre enfant s'est peut-être familiarisé avec une balle en osier, grâce à sa légèreté et sa prise facile. Par la suite, il a peut-être joué avec une balle en mousse pour la serrer dans la main. Désormais, il sait prendre dans sa main une petite balle lisse en plastique, il a observé qu'elle pouvait rouler et se déplace parfois pour aller la chercher. C'est le bon moment pour l'engager à la faire rouler de manière volontaire et ordonnée devant lui. Cet atelier l'incitera à cela, en plus de le faire entrer dans l'interactivité, et lui apprendra à attendre son tour.



Matériel

- Deux balles en plastique, lisses, d'environ 5 cm, de même couleur

(ou une petite balle en mousse au début).



Acquisitions

- Vision, détection des mouvements
- Motricité fine : saisir et relâcher

- Communication, socialisation
- Phonétique, vocabulaire



★ Déroulement de l'atelier

- Lorsque votre enfant est assis par terre, asseyez-vous face à lui, en le touchant presque du bout des pieds pour créer une zone où enfermer la balle.
- Faites comprendre à votre enfant que vous entrez dans une phase d'interactivité.
- Faites rouler la première balle vers lui en décrivant :
« *Et voilà la balle qui roule, elle est pour toi, tu la prends ?* »
- Il observe, cherche à s'en saisir. Laissez-le faire. Selon son éveil, son degré d'observation, peut-être s'amusera-t-il à l'envoyer promener.
- S'il reste concentré sur la balle, dites-lui : « *Tu m'envoies ta balle ? Tu fais comme maman ?* »
- Mimez le geste avec la deuxième balle, et observez. Si rien ne se passe, envoyez la deuxième balle en utilisant les mêmes mots.
- S'il envoie l'une des balles à l'autre bout de la pièce, proposez-lui :
« *Tu vas chercher la balle et tu l'envoies à maman ?* »
- Le terme « envoyer » ou « faire rouler » va prendre du sens pour lui.
- Montrez-lui à nouveau : « *Tu as vu la balle qui roule ?* » ou « *Maman t'envoie la balle, tu l'attrapes ?* »
- Il va peu à peu entrer dans cette interactivité qui ajoute, au fait de voir rouler une balle, le fait de l'envoyer vers quelqu'un, de s'en déposséder, d'affiner une action.

Les conseils du pédiatre

- S'il n'y arrive pas et préfère conserver la balle, réessayez en utilisant les bons mots.
- Par la suite, vous pourrez complexifier le mouvement en envoyant la balle de manière simultanée. Chacun envoie sa balle vers l'autre au même moment :
« 1, 2, 3, on envoie la balle ! »

Jeu d'imitation : la brosse à dents

Le brossage des dents est une action qu'il faut mettre en place dès que les premières dents apparaissent, vers 6-8 mois, cela dépend des enfants. Cela fera partie de sa routine ; cependant, tenir une brosse à dents droite n'est pas simple, et frotter de manière concertée sur les dents avec la bouche ouverte demande encore plus de dextérité. Cet atelier consiste à stimuler chez lui son désir de vous imiter.



Matériel

- Sa brosse à dents dédiée (par exemple une brosse à dents lumineuse, avec ventouse pour

la fixer sur le meuble, avec grip adapté à sa main, de couleur...) ; un petit tube de dentifrice.



Acquisitions

- Toucher
- Motricité fine
- Réaction à des consignes

- Socialisation : imitation, autonomie, observation



Déroulement de l'atelier

- Placez-vous derrière lui, tenez vous-même votre brosse à dents et proposez-lui de faire comme vous.
- Respectez chaque étape : bien empoigner la brosse à dents dans la main, la rincer sous l'eau (il ouvre le robinet lui-même : attention à ce qu'il ne se brûle pas), déposer l'équivalent d'un grain de riz de dentifrice (le vôtre ira très bien dès 12 mois), ouvrir la bouche et exercer le mouvement de frottement en se regardant dans le miroir.
- Pour frotter les dents de devant, imitez le claquement des dents comme le fait une cigogne avec son bec

(« *Et je fais la cigogne !* ») pour qu'il dégage ses gencives de devant et accède aux incisives (premières dents).

- Pour accéder aux dents de derrière, imitez un lion qui rugit. Votre enfant adorera vous voir imiter les animaux.
- À chaque étape, frottez vos propres dents, il cherchera à vous imiter comme tous les enfants. C'est un moment de partage, un rituel qui va s'installer dans la durée. À la fin, veillez à ce qu'il recrache.
- Avec le temps, utilisez les bons mots pour lui expliquer pourquoi on se brosse les dents (propreté, blancheur, nettoyage, hygiène).

Miroir, mon beau miroir

Les premiers mois, votre enfant ne fait pas bien la distinction entre ce qui appartient à son corps et ce qui est en dehors de lui. Cette activité du miroir va l'aider à élaborer son schéma corporel ; le miroir, depuis ses 4 mois déjà, accompagne les différentes étapes de sa découverte. À partir de 12 mois, il prend peu à peu conscience de son « Moi » par le regard que vous posez sur lui. Plus tard, pas avant 18 à 24 mois, il comprendra que ce n'est pas un « copain » qu'il voit se refléter, mais bien lui-même.



Matériel

- Un miroir assez grand pour vous voir tous les deux ; un tube de rouge à

lèvres ; un petit chapeau ; deux cerises encore reliées entre elles par la tige.



Acquisitions

- Toucher, audition, vision
- Motricité
- Langage, phonétique

- Observation
- Mémorisation



Déroulement de l'atelier

- Placez votre enfant face au miroir, et tenez-vous à côté de lui.
- Commencez par lui toucher le nez en nommant : « Ceci est ton nez. » Faites en sorte qu'il se regarde dans le miroir en faisant le geste. Dans la foulée, touchez également votre nez : « Tu vois, maman a aussi un nez, comme toi. » Faites quelques allers et retours centrés sur le nez.
- Si son attention est bien captée, poursuivez de la même manière avec les yeux, les oreilles, la bouche, le menton.
- Selon ses avancées, vous pouvez demander de toucher son nez ou votre nez : « Tu touches ton nez ? Tu touches le nez de maman ? »
- Une autre fois, posez un petit chapeau

sur sa tête et laissez-le se regarder dans le miroir. Faites de même sur votre tête et, ensemble, regardez-vous dans le miroir. Il prend conscience qu'il y a une similitude entre vous et votre image dans le miroir : avec le temps, il fera le même travail pour son corps.

- Vous pouvez aussi lui mettre un peu de rouge à lèvres sur le nez et lui dire : « Oh ! Regarde, tu as le nez rouge ! » Il va explorer son image dans le miroir, essayer de toucher le rouge sur le nez. Plus tard, vers 16-18 mois, il cherchera à toucher son nez directement.
- Faites de même avec les deux cerises reliées, posées de part et d'autre de son oreille comme une boucle d'oreille.

Mes marionnettes préférées

Organiser un dialogue entre deux poupées ou deux marionnettes devant votre enfant est une bonne manière de capter son attention. Il comprend désormais que la voix sort de votre bouche, et se prêter rapidement au jeu, saisira le sens de ce qui se passe : une histoire, un échange, des mots qu'il comprend.

Tous les enfants aiment les marionnettes, car leur imagination va dépasser l'histoire que vous inventez. Dans cette tranche d'âge, vous développerez davantage l'interaction avec lui qu'auparavant.



Matériel

- Deux marionnettes ; éventuellement un petit rideau tendu derrière une tringle amovible.



Acquisitions

- Audition
- Réaction comportementale, rire
- Comportement instinctif
- Fonctions cognitives : accrochage des yeux, phonétique, vocabulaire, mémorisation, observation



★ Déroulement de l'atelier

- Utilisez les marionnettes pour orienter l'histoire vers des épisodes de sa journée. Inventez une histoire simple et servez-vous de ces deux marionnettes qui lui sont familières pour rappeler quelques épisodes de sa journée. Cela peut l'aider à déminer un épisode qui a peut-être été angoissant pour lui, et qui risque de provoquer un réveil nocturne.
- Introduisez dans l'histoire des mots qui lui sont familiers, comme : « crèche », « enfant », « pimpon la sirène des pompiers », « il a mangé quoi l'autre enfant », « la voiture de maman », « la cuiller est tombée », etc.
- Vous pouvez également introduire les prénoms de sa fratrie s'il en a une, de ses grands-parents, de la référente à la crèche, pour accentuer la proximité avec lui.
- Ainsi, en racontant une histoire toute simple : « Chloé et Zoé ne veulent pas aller au lit », « Pompon et Castor se rencontrent dans l'escalier », etc., les mots qu'il va entendre et qui lui rappellent certains événements importants de sa journée vont le faire réagir. Il va puiser dans sa mémoire immédiate du jour, se les réapproprier et vouloir en parler, avec le langage d'un enfant de 12 à 18 mois, c'est-à-dire des expressions, des mimiques. Il devient proactif.

Le conseil du pédiatre

- Articulez bien, appuyez sur certains mots qui lui sont familiers, n'hésitez pas à répéter.

J'empile les petits livres

Cette activité très simple, qui consiste à empiler des petits livres, à leur faire trouver un équilibre, va provoquer chez votre enfant le plaisir du résultat fini.



Matériel

- Des livres pour enfants, de tailles différentes et légers ; une boîte en carton.



Acquisitions

- Concentration, confiance en soi
- Vision des couleurs, des formes
- Structuration spatiale
- Mémorisation, observation



★ Déroulement de l'atelier

- Disposez plusieurs livres devant lui, dans le désordre, en tas. Laissez-le les observer et en choisir un. Ne dites rien, il va essayer de l'ouvrir, à l'envers ou pas, va pointer du doigt certaines images, passera à un autre livre.
- L'objet est ici le contenant et non plus le contenu. Pour le lui faire comprendre, saisissez un des livres et décrivez les différentes parties :
« Ça, c'est la couverture, tu vois il s'ouvre comme ça, tu peux le fermer toi-même, celui-ci est rouge et celui-là est jaune, celui-là est tout petit, là il y a une poule, sur celui-ci un oiseau », etc.
- Il se familiarise, ouvre et ferme, comme vous, passe d'un livre à l'autre.
- Montrez-lui ensuite qu'on peut mettre plusieurs livres l'un sur l'autre :
« Tu vois, je pose ce livre sur l'autre. On peut faire une petite montagne, tu m'aides ? »
- Votre enfant comprend que le livre devient jouet en lui-même, il vous passe les livres ou, mieux, vous les lui passez et il vous imite. L'objectif est qu'il apprenne à les saisir à deux mains, les empile ; son adresse est sollicitée.
- Augmentez petit à petit le nombre de livres.
- Lorsqu'il sait empiler les livres, vous pouvez lui montrer comment les empiler dans la boîte en carton, ainsi le coin lui permet de les aligner.
- Une fois cette étape maîtrisée, vous pourrez lui montrer qu'on peut les mettre avec la même orientation, c'est-à-dire la tranche du même côté : « Tu vois, on va essayer de les mettre dans le même sens. » Les mots s'intègrent dans son cortex avec leur signification, laissez-lui le temps.
- Un peu plus tard, vous pourrez lui montrer que certains livres sont plus grands que d'autres, et qu'il peut les empiler du plus grand au plus petit : il développera alors la mémorisation et l'observation.
- Veillez à laisser une étagère accessible facilement pour lui, à sa hauteur : il va apprendre à empiler les livres dans celle-ci, la fonction rangement s'ajoutera à la fonction empilement.

Les conseils du pédiatre

- Montrez-lui toujours, car il vous imite.
- Respectez les étapes, augmentez les difficultés selon ses progrès afin qu'il prenne confiance en lui et non qu'il se lasse.

Ma draisienne à moi

12-18 mois

L'utilisation d'une draisienne, qu'il va adopter selon son rythme, son sens de la découverte, son audace, son désir d'imitation, est nettement plus physiologique que le tricycle, et très pratique pour passer plus tard au vélo sans avoir besoin des « petites roues ».



Matériel

- Une draisienne bien adaptée à son gabarit, avec guidon et selle ajustables (avec une petite plateforme centrale pour poser les pieds

une fois une certaine vitesse acquise, c'est encore mieux) ; une paire de gants ; un casque.



Acquisitions

- Motricité
- Équilibre
- Prise de confiance en soi, autonomisation

- Espace de vision
- Tonus musculaire
- Comportement instinctif
- Structuration spatio-temporelle



Déroulement de l'atelier

- Sur une draisienne, il n'y a pas de pédales, ce qui permet à votre enfant de prendre confiance en gardant les pieds à terre. Placez-le sur la draisienne, sans lui mettre de pression, en respectant son rythme.
- Au début, il va avancer sans s'asseoir sur la selle, en marchant. Le premier objectif est atteint : il coordonne la tenue du guidon, fait avancer la draisienne, apprend à regarder devant lui.
- Ensuite, il va prendre de la vitesse, et spontanément prendre appui sur la selle adaptée à sa hauteur : il peut facilement et à tout instant poser les pieds pour se stabiliser.

- Avec l'habitude, il avancera de plus en plus vite et laissera ses jambes en l'air plus longtemps : il découvre que la draisienne avance toute seule et qu'il ne tombe pas, ce qui lui donne confiance en son équilibre. Il repose les pieds pour pousser et garder de la vélocité à tout instant.
- Enfin, tout en avançant plus rapidement, il va donner des impulsions à son volant, vers la droite, vers la gauche, et apprendre à ne pas tomber : il maîtrise désormais son engin.



Le conseil du pédiatre

- Certains enfants ne se sentent pas à l'aise au début, par exemple s'il existe des problèmes de vue ou d'orientation dans l'espace : soyez patient.

De 18 à
24 mois

A cet âge, votre enfant a acquis la marche ; il se déplace dans tous les sens et en profite pour explorer son environnement. Vous pouvez donc lui proposer des activités plus élaborées faisant intervenir l'agilité de ses doigts, sa concentration, sa curiosité et l'imitation. Chaque enfant a son propre rythme, à vous de le laisser s'approprier ses progrès selon ses évolutions.

Les étapes essentielles dans cette période

Dans cette période des 18 à 24 mois, il prend de l'assurance, il faut donc lui apprendre où sont les dangers, comment les éviter, sans lui poser trop d'interdits. Mieux vaut lui expliquer que le gronder, cela déclencherait une perte de confiance en lui ; il découvre, il est donc normal qu'il cherche à toucher à tout. Expliquez-lui à quoi sert chaque chose : il a toutes les aptitudes pour comprendre et ne demande que ça. Sécurisez son environnement (tiroirs, escaliers, fenêtres) et ne laissez pas traîner de produits dangereux (médicaments, produits ménagers). Sécurisez les prises électriques.

Son langage progresse beaucoup à cet âge, il est de plus en plus capable de vous dire ce qu'il veut.

Sur le plan moteur

- Il peut taper dans une balle, il commence à courir, à partir en avant d'un coup, et est tout à fait capable de s'arrêter dans son élan. Il peut sauter sur place ou monter les escaliers en se tenant. Peu à peu, il apprend à descendre les escaliers, ce qui est plus complexe. Il sait déjà enjamber les obstacles. À l'approche de ses 24 mois, il va commencer doucement à pédaler, et pourra se tenir accroupi, avec les talons surélevés.
- Sur le plan de la motricité fine, il peut désormais faire une tour avec 3 ou 4 cubes, il sait les empiler ; il sait aussi tourner les pages d'un livre. Pour un geste difficile à faire, c'est sa main dominante qui prend peu à peu le dessus.
- Il commence à savoir enlever ses chaussures, profitez-en.

Sur le plan visuel

- Son acuité visuelle progresse encore ; à cet âge, il distingue toutes les couleurs, mais perçoit encore mal les faibles contrastes.

Sur le plan auditif

- Si une baisse de l'audition est suspectée, il est plus que temps de faire un contrôle chez l'ORL, votre pédiatre vous orientera. En effet, cela peut avoir un impact sur l'acquisition du langage. Il est important de lui apprendre à se moucher pour libérer ses voies nasales et les conduits qui mènent vers les tympans (trompes d'Eustache).

Le langage

- Le langage oral se développe encore ; votre enfant dit une dizaine de mots à partir de l'âge de 18 mois, et enrichit très rapidement son vocabulaire jusqu'à 50 mots, puis c'est l'explosion du nombre de mots entre 21 et 24 mois : il commence à faire des petites phrases, il pose des questions et commence à nommer des images qui lui sont familières.
- Sur le plan du langage non verbal et de la compréhension, il suit vos ordres, vos indications du genre : « *Prends ceci !* », « *Ramasse cela !* » ou « *Peux-tu me chercher ceci ?* », etc.
- Si vous ou votre pédiatre constatez une absence de parole articulée, ou qu'il est inattentif pour tout ce qui n'est pas dans son champ visuel, un bilan ORL sera prescrit.

Le toucher

- Il reste très réceptif aux touchers simples, vous pouvez continuer de lui décrire les parties de son corps en les touchant et en prononçant leur nom. Des massages à visée de relaxation, en particulier avant le sommeil, seront les bienvenus pour lui donner confiance en lui.

L'olfaction

- Sa sensorialité olfactive est un sens très développé depuis la naissance, elle joue un rôle très important dans l'attachement enfant-mère. Il en va de même avec le père, que votre enfant reconnaît parmi d'autres hommes, et ce depuis qu'il est bébé.

- Il commence à prendre conscience de certaines odeurs qui peuvent le gêner : l'odeur de ses selles, de sa transpiration, de son environnement.
- Il mémorise, détecte et va peu à peu préférer certaines odeurs à d'autres. Cela va influencer aussi, dans des proportions qu'on objective encore assez difficilement, son évolution vers la propreté.
- Cette mémoire des odeurs reste enfouie très durablement en lui et va s'accompagner du souvenir du contexte dans lequel ces odeurs sont perçues. Ainsi, si à l'âge adulte personne n'aime l'odeur des selles, c'est pour une raison qui s'ancre dans cette tranche d'âge.

Structuration dans l'espace

- Votre enfant analyse mieux l'espace, il commence à percevoir ce qui est dessus, ce qui est dessous, ce qui est grand ou petit.

Développement psychoaffectif et cognitif

- Il commence à dire « non » à bon escient. Son angoisse augmente envers les conflits irrésolus, car il manque de mots pour s'expliquer, pour parler ; il peut y répondre par une certaine agressivité.

Contact social

- Il utilise une cuiller plus proprement, enfile ses vêtements, se lave et se sèche les mains.

Sommeil

- Il ne fait pratiquement plus qu'une sieste l'après-midi, de 2 heures maximum. Bien entendu, si votre enfant dort plus longtemps, ne le réveillez pas, faites le point avec votre pédiatre, chaque enfant a son rythme.

Votre enfant est sorti de l'angoisse de la séparation, le raisonnement se met peu à peu en place, il puise dans sa mémoire et dans ses émotions et réagit devant chaque événement. Ainsi, il va moins pleurer en allant chez le médecin, il va écouter davantage, réfléchir, établir des stratégies au lieu de se laisser envahir par ses émotions. Profitez-en pour le valoriser davantage et lui demander, déjà, son approbation. Les activités qui suivent vont dans ce sens : écoute, réflexion, adhésion.

Dans ma brouette

Votre enfant prend peu à peu de l'assurance dans sa marche. C'est la période idéale pour l'aider à améliorer son agilité, sa confiance en lui et son sens de l'équilibre en lui proposant de se servir d'une petite brouette. Cela lui apprendra à marcher en regardant devant lui, en se servant de ses deux mains de manière équilibrée.



Matériel

- Une brouette à une roue, en plastique ou en bois léger, à sa taille.



Acquisitions

- Espace de vision
- Tonus musculaire
- Motricité globale, motricité fine
- Autonomie, prise de confiance



Déroulement de l'atelier

- Montrez l'exemple à votre enfant : mettez-vous à genoux face à lui, et avancez vers lui avec la brouette vide. La petite roue qui tourne devrait le fasciner. Arrivé à côté de lui, posez la brouette et regardez-le faire. S'il ne sait pas trop comment faire, recommencez en partant cette fois-ci de sa position et en vous éloignant de lui, pour qu'il voie l'action sous un autre angle.
- Il va peu à peu vouloir vous imiter, sera malhabile au début, car il faut avancer tout en tenant la brouette de manière équilibrée.
- Une fois qu'il y arrive, proposez-lui de mettre quelque chose qu'il apprécie dans sa brouette : son doudou, une peluche, des petits gâteaux... Laissez-le marcher avec la brouette chargée ; avancer en transportant un objet qu'il aime va stimuler sa prise d'initiatives : prendre un tournant, renverser la peluche, la remettre dedans, etc.
- Vous pouvez ensuite lui demander de transporter plusieurs objets dans la brouette, par exemple pour vous les apporter en essayant de ne pas renverser.
- Plus tard, vous pourrez le faire marcher avec sa brouette sur un terrain moins régulier (gazon, pavés, petite pente...)

Le conseil du pédiatre

- N'hésitez pas à le laisser pieds nus pour cette activité : il aura un meilleur équilibre, il sentira bien mieux le contact de ses pieds avec le sol et se propulsera mieux vers l'avant pour avancer. Ses sensations seront meilleures.

Je fais la cuisine

La cuisine est un lieu magique pour votre enfant. Depuis sa naissance, il vous voit vous y activer plusieurs fois par jours. Avec cette activité, vous pouvez le rendre acteur et lui proposer de participer à certaines actions simples. Vous verrez qu'il est capable de déployer une énergie impressionnante pour devenir un « partenaire » de vos tâches de la vie quotidienne.



Matériel

- Un petit tablier de cuisine à sa taille, une casserole avec son couvercle, un pot avec anse, un éplucheur pour enfant, un protège-doigt, un couteau à bout rond avec un manche adapté, une petite bassine, une éponge, des légumes.



Acquisitions

- Toucher, olfaction
- Motricité fine
- Socialisation, observation
- Langage



Déroulement de l'atelier

- Disposez la casserole devant votre enfant et mettez le couvercle sur la casserole. Proposez-lui de faire de même ; ce ne sera pas facile pour lui, au début, de bien tenir le couvercle par sa poignée et de l'adapter sur la casserole.
- Sous ses yeux, versez de l'eau froide dans un récipient, et versez l'eau de ce récipient dans la casserole. Continuez jusqu'à ce qu'elle soit remplie aux deux tiers.
- Installez-vous à côté de lui avec une planche en bois, et coupez carottes, aubergines, poireaux en petites tranches ou en cubes. Montrez-lui pour qu'il vous imite ; il apprend à placer la paume de sa main autour du manche, et dispose ses doigts. Faites-lui confiance, il va faire preuve d'inventivité et de débrouillardise.
- Épluchez un légume sous ses yeux, pour qu'il vous imite avec l'éplucheur adapté à sa main.
- Transvasez les petits morceaux dans la casserole pleine d'eau.
- Remettez le couvercle devant lui.
- Avec une éponge, nettoyez le plan de travail, en lui montrant comment ramasser les épluchures et les mettre au compost ou à la poubelle. Expliquez-lui ce que vous faites.

Je reconnais mon jouet sur la photo

Dans cette activité, vous pouvez apprendre à votre enfant à reconnaître sur une photo un de ses objets favoris. Cela va faire intervenir son sens de l'observation et enrichir son langage en essayant de nommer ce qu'il voit.



Matériel

- Des photos de ses objets favoris (doudou, peluche, voiture, râteau, toupie, téléphone d'enfant, etc.)

imprimées si possible en couleur, en format photo.



Acquisitions

- Vision, toucher
- Motricité fine
- Comportement instinctif, mémorisation
- Langage, vocabulaire, phonétique



Déroulement de l'atelier

- Disposez l'objet favori de votre enfant devant lui et nommez-le.
- Prenez la photo de cet objet, montrez-la-lui et nommez l'objet : « *Tu as vu sur la photo, c'est ton doudou, où est-il ton doudou ?* »
- Laissez-le observer la photo, la toucher, la tourner entre ses mains, comparer l'objet et sa photo. Au début, il remarque qu'il y a une ressemblance, mais ne fait pas tout de suite le lien. Il va lâcher la photo, prendre son doudou et on s'arrête peut-être là. Si vous le sentez intéressé, prenez la photo et posez-la à côté du doudou (remis sur la table), et dites-lui : « *C'est la photo de ton doudou, tu le reconnais ?* »
- Une autre fois, commencez par lui donner la photo alors qu'il est en train de jouer. Dites-lui : « *Tu cherches ton*

doudou ? Tu me le prêtes ? » pour qu'il cherche le doudou des yeux, et peut-être aille le chercher. Le lien est fait entre l'image et l'objet.

- Une fois cette étape maîtrisée, faites de même avec deux objets en même temps : son doudou et un autre objet familier, par exemple une voiture. Montrez-lui successivement les deux photos pour qu'il cherche les objets et qu'il les repère. Avec lui, déposez chaque photo devant l'objet correspondant : c'est le début du tri, de la mémorisation.
- Une fois les étapes de reconnaissance acquises, proposez-lui à chaque fois de placer les images devant les objets correspondants. Nous sommes alors dans les prémices du classement par famille, qui fera l'objet d'une autre activité.

Je montre la carotte

Les légumes et les fruits sont une source inépuisable pour développer la mémorisation et le langage de façon ludique, car ils attirent les enfants avec leurs formes et leurs couleurs variées, et sont déjà familiers.



Matériel

- 2 bananes, 2 oranges, 2 carottes, 2 citrons, 1 panier.



Acquisitions

- Vision, toucher, olfaction
- Motricité fine



Déroulement de l'atelier

- Déposez, l'une à côté de l'autre sur la table, une banane, une carotte, une orange. Nommez-les de gauche à droite, c'est-à-dire dans le sens de l'écriture et de la lecture : « *Voici la banane, et voici la carotte et celle-là, c'est une orange.* », en articulant bien. S'il en saisit une, nommez-la une fois de plus : « *Tu as pris la banane.* »
- Expliquez-lui qu'on peut ouvrir, manger ou cuisiner le fruit qu'il a choisi ; au besoin, vous pouvez même lui montrer comment, si le moment est adapté.
- S'il reste attentif, recommencez dans le même ordre et nommez à nouveau les articles. Il comprend que vous attendez quelque chose de lui : il va chercher à répéter le nom.
- Ensuite, devant les 3 éléments toujours dans le même ordre, demandez-lui : « *Montre-moi carotte* » (sans prononcer l'article

- Mémorisation
- Langage, vocabulaire, phonétique

devant « la » ou « l' » ou « le »). Le fait de ne pas mettre l'article devant le mot retient davantage son attention à cet âge pour enrichir son vocabulaire. Il entre dans la socialisation, fait travailler sa mémoire et prend confiance en lui ; encouragez-le et félicitez-le.

- Une fois cette étape de reconnaissance franchie, posez sur la table le panier de fruits et sortez-en un citron ; demandez-lui de trouver l'autre citron dans le panier. Il les dépose devant lui, en paire. Faites de même avec les autres fruits et légumes, chaque fois en les nommant, en les touchant, en les décrivant. Il va se retrouver avec un ensemble de paires à observer.
- S'il est toujours attentif, vous pouvez lui demander de remettre les bananes dans le panier, puis les citrons, etc.

Les animaux aussi font pipi

Depuis quelque temps, votre enfant prend conscience, surtout lors du bain ou en été dans le jardin, que certaines choses sortent de son corps, en particulier les urines, qu'il voit sortir plus facilement que les selles.

Dans cette tranche d'âge, selon son éveil, sa maturité, sa curiosité, il est à l'écoute, en particulier avec les animaux. Vous pouvez donc lui montrer l'animal qu'il connaît lorsqu'il fait pipi, pour lui expliquer ce qui se passe.



Matériel

- Un sticker adhésif qui représente l'animal en question.



Acquisitions

- Vision
- Comportement instinctif
- Langage, vocabulaire, phonétique

- Confiance en soi, autonomie, observation, imitation



Déroulement de l'atelier

- Profitez de voir un animal uriner pour lui expliquer : « *Tu vois, la vache fait pipi, comme toi.* » La surprise est essentielle, il sera captivé par ce jet qui sort de l'animal, et la prochaine fois que cela arrivera, c'est lui qui attirera votre attention sur ce fait marquant pour lui. Cela veut dire qu'il prend conscience d'un fait inhabituel.
- Expliquez-lui à chaque fois : « *La vache fait pipi par terre, tu crois que la vache fait pipi aussi dans la maison ?* » Laissez-le répondre avec les quelques mots de son âge qu'il commence à aligner et à accompagner du doigt et d'exclamations.
- À la maison, si vous le sentez disposé à essayer de passer quelque temps sans couche, faites le test ; retirez-la-lui une heure ou deux, ne lui mettez pas de culotte et laissez venir. Ne lui dites

pas : « *Je ne te mets pas la couche, si tu as envie, il y a le pot qui est là.* » ; ce genre de pression garantit l'échec, il va stresser et ira faire pipi derrière le canapé. Ne dites rien ; il sait très bien où est le pot, vous lui avez déjà montré comment ça marchait, et il sait comment les adultes le font. S'il fait pipi sur le parquet, félicitez-le au lieu de le gronder. Dites-lui : « *Bravo, tu vois, tu as aussi fait pipi comme la vache. Ne veux-tu pas essayer de faire dans le pot ?* » Cela l'encourage et l'aide à comprendre en prenant confiance.

- Collez au fond du pot un autocollant qui représente l'animal qu'il a vu uriner, pour l'aider à faire le lien.
- Il en ira de même pour les selles ; les émettre ne doit pas lui faire peur, expliquez-lui ce mécanisme.

Je presse l'éponge

Votre enfant sait déjà à quoi sert une éponge ; il vous voit la passer sur la table, sur les assiettes. Vous allez ici lui apprendre à s'en servir d'une autre manière, ce qui va faire progresser son agilité manuelle, une compétence très utile pour la future écriture, grâce à la prise pouce-index.



Matériel

- Une éponge de taille adaptée à sa main, deux petites bassines ou bols.



Acquisitions

- Motricité fine
- Comportement instinctif
- Langage, vocabulaire, phonétique
- Confiance en soi, autonomie, observation, imitation



Déroulement de l'atelier

- Asseyez-le à une table, et placez devant lui deux bassines, pas trop hautes pour qu'il voie bien leur contenu.
- Versez de l'eau dans celle de gauche, et laissez l'autre vide.
- Posez l'éponge dans la bassine remplie d'eau, montrez à votre enfant qu'elle flotte, laissez-le regarder et toucher en nommant : « *Tu as l'éponge dans la main.* » ; « *Tu as de l'eau sur les mains.* » ; « *Elle n'est pas trop froide l'eau ?* »
- Une fois son attention retenue, déplacez l'éponge au-dessus de l'autre bassine, en lui expliquant :
« *Tu as vu, l'éponge est toute mouillée, je vais la presser.* »
- Pressez l'éponge dans votre main au-dessus de la bassine vide.
- Essorez l'éponge et replacez-la dans la première bassine. Laissez-le s'en saisir et chercher à obtenir le même résultat : il lui faudra faire travailler sa pince pouce-index ; encouragez-le, il y arrivera avec le temps.
- Quand il sera plus habile, vous pourrez faire évoluer l'activité en transférant l'eau avec une cuiller, d'une bassine vers l'autre. Cela l'entraînera à servir de la nourriture d'un plat dans une assiette.

Le conseil du pédiatre

- Disposez toujours les éléments de gauche à droite dans l'ordre d'utilisation, pour l'habituer au sens de l'écriture.

Ma première pâte à sel

Un atelier de fabrication de pâte à sel va encourager votre enfant à être inventif, tout en perfectionnant son habileté et le plaisir de voir se créer dans ses mains toutes sortes de formes. Dans cette activité, chaque étape a son utilité pour son développement.



Matériel

- Les ingrédients pour faire de la pâte à sel non toxique : 2 tasses de farine, 1 tasse de sel, 1 tasse d'eau tiède, un peu de colorant alimentaire. Un bol,

une tasse, une cuiller en bois, des pâtes alimentaires, des pailles, des bâtons de bois, des cailloux.



Acquisitions

- Toucher, vision
- Motricité fine
- Socialisation, autonomie

- Fonctions cognitives : gesticulation, mouvements, observation



Déroulement de l'atelier

- Installez-le debout face à une table à bonne hauteur pour lui, ou assis.
- Montrez-lui comment plonger la main et lâcher la farine.
- Demandez-lui de mettre le sel dans l'eau, de mélanger avec une cuiller en bois ou à la main, puis d'ajouter le colorant et la farine en saupoudrant progressivement. Cette étape lui permet de découvrir qu'il peut mélanger des substances.
- Laissez-le malaxer la pâte, jouer avec, prendre son temps. Cette étape

lui permet de créer, pétrir, rouler, déchirer et développer sa motricité fine. Vous pouvez lui montrer ce qu'il peut faire (des boules, étaler, séparer ou fusionner).

- Vous pouvez ensuite ajouter des détails à sa forme, en y plantant des cailloux ou des pâtes, en y creusant des trous avec un bâton ; cela lui permet d'appréhender la troisième dimension.
- Plus tard, vous pourrez lui proposer de peindre ses créations.

Le conseil du pédiatre

- Laissez-le manipuler la pâte, mais surtout la préparer, mélanger et toucher les matières.

Les petits trous du sucrier

Cette activité permet à votre enfant de s'amuser tout en développant sa dextérité. Voir le résultat de ce qu'il fait et manipuler par lui-même lui permet de prendre confiance en lui.



Matériel

- Une salière à trous, des cure-dents.



Acquisitions

- Toucher, vision (fixation et convergence)
- Mémorisation, attention, imagination
- Motricité fine, adresse des doigts et du poignet
- Autonomie, observation



Déroulement de l'atelier

- Placez devant lui la salière ainsi que les cure-dents. Prenez un cure-dents, montrez-le-lui et faites-le passer dans un trou de la salière, pour le faire tomber à l'intérieur.
- Invitez-le ensuite à saisir un cure-dents parmi les autres et à essayer de le faire passer dans un trou. Une fois que le cure-dent tombe dans la salière, il y a le plaisir du résultat accompli : l'objet tombe, c'est amusant. Félicitez-le et laissez-le recommencer s'il le souhaite.
- Une fois que plusieurs cure-dents sont tombés, montrez-lui qu'il peut secouer la salière pour les voir s'organiser autrement à l'intérieur.
- Plus tard, vous pourrez lui apprendre à dévisser le couvercle, pour lui apprendre à serrer la pince pouce-index et à tourner le poignet, et à verser son contenu dans un bol.
- Vous pouvez aussi proposer cette activité avec des noisettes à insérer dans le goulot d'une petite bouteille, pour lui faire saisir des petits objets de formes différentes.



Les petits cailloux

Votre enfant est curieux, il prend les objets, les découvre, les passe de main en main, emmagasine de nouvelles sensations et ne demande pas mieux que quelques indications de votre part. Avec cette activité, vous allez lui apprendre à s'orienter avec les mots « dessus », « dessous », « derrière », « devant » et « à côté ».



Matériel

- Un caillou coloré, voire peint par lui-même, qui lui est familier.
- Une petite table à sa hauteur, une petite couverture, des aimants.



Acquisitions

- Orientation spatiale
- Vision
- Mémorisation
- Phonétique, langage



Déroulement de l'atelier

- Asseyez-le devant une table basse ou autre petite table à sa hauteur, prenez le caillou et posez-le sur la table, en disant : « *Je pose le caillou au-dessus de la table.* »
- Reprenez le caillou, donnez-le-lui et demandez-lui : « *Tu poses le caillou au-dessus de la table ?* » Laissez-le s'investir et comprendre la consigne que vous lui donnez. S'il le fait, félicitez-le. S'il ne le fait pas, c'est bien aussi. Profitez-en pour reprendre le caillou et le poser sous la table :
« *Je mets le caillou en dessous de la table.* » S'il ne récupère pas le caillou sous la table, rendez-le-lui et dites : « *Tu mets le caillou en dessous de la table ?* »
- S'il le pose par-dessus, dites-lui alors : « *Ah, tu as mis le caillou au-dessus de la table.* » S'il le pose en dessous, dites-lui : « *Ah, bravo, tu as mis le caillou en dessous !* »
- S'il est toujours attentif, continuez avec « à côté », « derrière » et « devant ».
- Pour lui faire comprendre le « dessous », n'hésitez pas à lui proposer de se mettre lui-même « en dessous » de la table. « *Ça y est, tu es en dessous* » ; il va peu à peu comprendre l'indication.
- Faites de même avec une couverture : « *Tu vas sous la couverture ?* » ; « *Ah, tu es en dessous !* » Avec le temps, il va ainsi comprendre la différence entre dessous et dessus.
- Vous pouvez aussi lui demander de placer des aimants sur le réfrigérateur : « *Tu colles l'aimant en haut/en bas ?* » ; « *Tu colles l'aimant au-dessus de celui-ci ?* »

Je mets mon soldat droit

Utiliser des figurines d'un jeu de société ou des petits soldats pour les saisir, les déplacer, les prendre dans le bon sens, les poser debout en veillant à ce qu'ils ne tombent pas, constitue une activité apaisée qui va aider votre enfant à mieux maîtriser les mouvements fins tout en développant son observation et son sens de l'imagination.



Matériel

- Des figurines de jeux de société ou des petits soldats, qui tiennent facilement debout.
- Des anneaux de tringles en bois, un gros feutre, une grande feuille de papier.



Acquisitions

- Motricité fine
- Comportement instinctif
- Observation, autonomie
- Langage



Déroulement de l'atelier

- Installez votre enfant sur une chaise, et placez une large feuille de papier blanc sur la table.
- Posez une petite figurine debout sur la feuille, et passez l'anneau autour en le laissant tomber sur le plan de travail (le bruit compte), sans faire chuter le personnage. Expliquez-lui : « Tu vois, je mets l'anneau autour du petit soldat, tu veux essayer ? »
- Récupérez l'anneau, donnez-le-lui pour qu'il essaie de faire de même. Au début, il fera tomber le petit soldat ; une fois qu'il a compris le principe et que le soldat ne tombe plus, proposez-lui de retirer lui-même l'anneau sans faire tomber la figurine.
- Une fois le mouvement maîtrisé, vous pourrez aligner plusieurs figurines et lui donner plusieurs anneaux pour qu'il multiplie l'exercice.
- Par la suite, dessinez un cercle sur le papier blanc avec le feutre, et dites-lui : « Tu essaies de mettre le petit soldat dans le rond ? » L'objectif est alors de positionner la figurine au bon endroit en la laissant debout : « Pouvons-nous, il est encore tombé, on va essayer de le laisser debout ? »
- Plus tard, vous pourrez faire évoluer l'activité en traçant une ligne droite, et lui demander d'aligner les figurines sur cette ligne, l'une à côté de l'autre ou l'une derrière l'autre. Avec le temps, il va vouloir tracer lui-même le trait avec le feutre, et, encore plus tard, il sera capable de dessiner le cercle.

Je vise avec la balle

La balle plaît à tout âge, c'est donc l'objet idéal pour mettre en place des activités de lancer. Votre enfant peut désormais se tenir debout, stable sur ses jambes, pour lancer une balle dans un panier qui se trouve à moins d'un mètre de lui sans tomber. Il commence à savoir lancer vers une autre personne, avec ses deux mains pour donner plus de force, tout en sollicitant l'ensemble de son corps. Le geste reste encore peu maîtrisé et son équilibre incertain.



Matériel

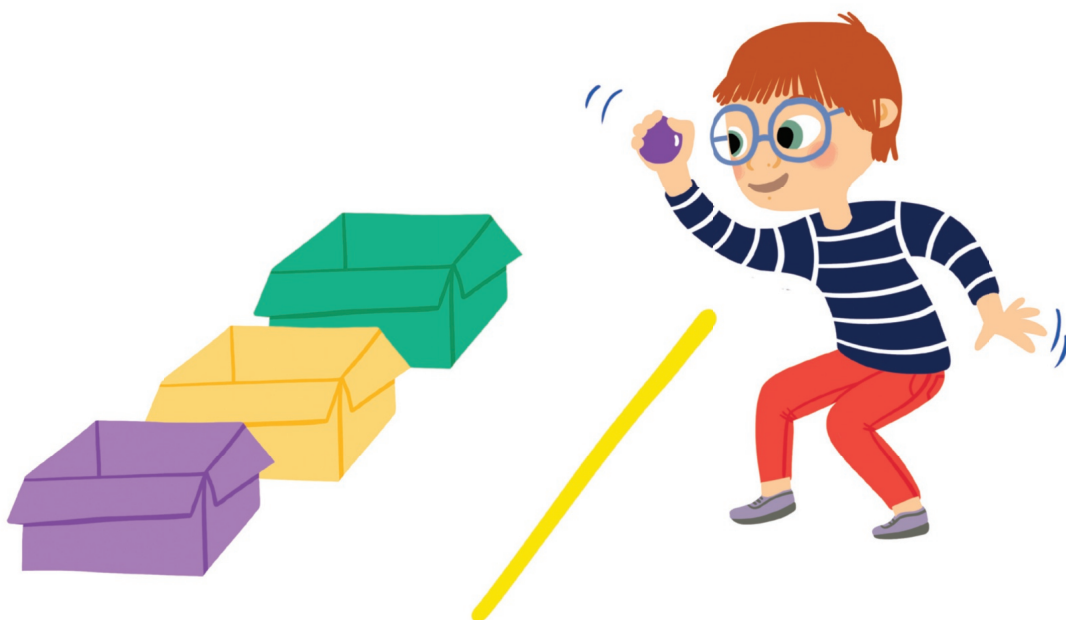
- Trois petites balles de couleurs différentes (jaune, bleue, rouge par exemple), trois cartons, trois feutres

de couleurs correspondantes, un ruban ou une ceinture.



Acquisitions

- Coordination entre yeux et mains
- Équilibre, motricité fine
- Comportement instinctif, reconnaissance des couleurs
- Socialisation : observation, mémorisation
- Communication : phonétique, vocabulaire



★ Déroulement de l'atelier

- Matérialisez une ligne par terre avec un ruban ou une ceinture. Posez un carton à 1 m ou moins de la ligne.
- Placez-vous derrière cette ligne et lancez la balle dans le carton : « *Tu vois, maman lance la balle dans le carton. Il faut bien rester derrière la ligne.* »
- Si la balle entre bien dans le carton, Dites : « *Bravo ! Tu veux essayer ?* » Vous pouvez aussi ne pas montrer et simplement lui dire : « *Tu lances la balle dans le carton ?* »
- Aidez-le si besoin à se placer derrière la ligne et donnez-lui la balle. S'il lance et que la balle tombe à côté, mettez la réussite en avant : « *Tu as réussi à lancer la balle.* » Si la balle tombe dans le carton : « *Tu y es arrivé.* »
- Donnez-lui successivement les deux autres balles, en vérifiant qu'il reste derrière la ligne. Ainsi, il comprend le but du jeu : lancer, garder la position, atteindre un objectif, d'autres balles sont disponibles, il sait qu'il peut recommencer.
- Quand il a lancé les trois balles, proposez une suite : « *Tu vas chercher les balles ? On recommence ?* » Observez ses réactions : s'il adhère, on continue.
- Peu à peu, vous pouvez éloigner le carton.
- Une fois qu'il maîtrise le lancer, prenez les trois cartons et dessinez un rond de couleur sur chacun : « *On remplit chaque rond avec une des couleurs.* » Proposez-lui de vous aider à colorier les ronds, en nommant les couleurs : « *Ça, c'est la même couleur que cette balle, c'est le jaune.* »
- Ensuite, disposez les cartons à 1 m, l'un à côté de l'autre, avec la couleur bien visible sur le côté qui vous fait face.
- Vous pouvez lancer la première balle, ou lui expliquer : « *Je lance la balle jaune dans le carton jaune.* » Montrez-lui le rond jaune et la correspondance. Laissez-le faire le reste ; peu à peu, il va comprendre et se prêter au jeu.
- Plus tard, on pourra complexifier avec trois balles de tailles différentes à envoyer dans trois cartons de tailles différentes.

Les conseils du pédiatre

- Ne brûlez pas les étapes : initiez-le d'abord au lancer, puis à l'adresse pour viser, puis à la correspondance des couleurs.
- Utilisez bien les mots « dedans », « derrière », « devant », « à côté », « jaune », « bleu », « rouge ».

Je joue aux cartes

Avec un simple jeu de cartes, cette activité vous permet d'initier votre enfant aux plaisirs des jeux de société.



Matériel

- Un jeu de cartes (de 52 cartes classiques, ou adapté aux enfants, avec des images d'animaux par exemple). Chaque carte doit avoir

son binôme (2 cartes avec dame ou 2 cartes avec un cheval, 2 cartes avec une licorne, etc.)



Acquisitions

- Réaction comportementale
- Motricité fine
- Langage : phonétique, vocabulaire
- Mémorisation, observation



★ Déroulement de l'atelier

- Installez-vous à côté de lui, si possible les deux parents pour montrer que l'engagement peut se faire à plusieurs. Devant lui, déposez 6 cartes (trois duos) pour commencer, en les montrant chacune avant de les mettre face contre table :
« Ceci est le cheval, ceci est la dame, ceci est le valet. »
- Laissez-le les regarder, les toucher, les retourner.
- Lorsque vous découvrez le double d'une carte, demandez-lui :
« Voici un cheval. Tu peux me retrouver l'autre cheval ? »
- Il va chercher dans le petit tas qui se constitue et va trouver la carte correspondante. Il comprend ce que vous lui demandez :
« Tu as trouvé l'autre cheval, merci. »
- Recommencez en posant au fur et à mesure les cartes face contre table. Quand vous découvrez une carte, demandez-lui de trouver sa paire :
« Voici le chat, où est l'autre ? »
- Encouragez-le lorsqu'il cherche.
- Par la suite, vous pouvez complexifier en installant d'emblée les 6 cartes face cachée, sans les lui montrer avant. Demandez-lui de regrouper les paires. Il devra les retourner l'une après l'autre. Suggérez-lui de les remettre à leur place, face cachée, si ce n'est pas la bonne. Ainsi, il cherche, il mémorise, il entreprend, il trouve.
- Quand il aura bien franchi ces étapes, vous pourrez ajouter des cartes au fur et à mesure, et bien entendu participer avec lui. C'est même lui qui va vous aider à trouver, en se souvenant que le cheval est à tel endroit.

Le conseil du pédiatre

- Proposez-lui de distribuer les 6 cartes une fois qu'il prend de l'assurance :
« Tu les poses sur la table en les cachant ? »

Je regarde la Lune

Regarder des objets éloignés avec une « longue-vue » est une manière ludique d'aider votre enfant à se concentrer sur l'élément observé sans être distrait par ce qui l'entoure. Il va ainsi pouvoir séparer l'objectif regardé de son environnement et mieux l'observer, l'identifier.



Matériel

- Une petite longue-vue fabriquée par vos soins avec une simple feuille de papier A4 roulée et fixée par un

morceau de ruban adhésif. Ce peut être aussi une simple feuille, avec un trou à travers lequel regarder.



Acquisitions

- Espace de vision, accommodation, réflexe de fixation
- Motricité fine, comportement instinctif

- Détermination de l'œil dominant
- Structuration spatiale et temporelle : mouvement du sujet



Déroulement de l'atelier

- Vous avez repéré quelque chose à observer, qui se détache bien. Montrez-le à votre enfant :
« *Vois-tu la Lune ? Vois-tu le gros oiseau posé sur la branche ?* »
- Commencez par mettre votre œil devant le trou de la feuille pour regarder le sujet :
« *C'est amusant, je vois le gros oiseau, veux-tu essayer ?* »
- Tendez-lui la feuille, il va essayer de mettre un œil devant le trou, avec difficulté au début, c'est là tout l'intérêt. Chercher ensuite l'objet est aussi un excellent exercice.
- Par la suite, faites-le participer à la fabrication d'une petite longue-vue fabriquée selon le modèle ci-dessous,

avec une simple feuille A4 roulée. Ce sera encore plus passionnant pour lui, car il pourra s'en servir quand il veut, et son autre main sera libre pour désigner du doigt.

- À chaque fois, nommez bien l'objectif à regarder.



Je monte les escaliers comme un grand

L'apprentissage de la montée puis de la descente des escaliers est une étape majeure qu'il faut bien accompagner, en laissant faire l'enfant, tout en le sécurisant. L'idée est de lui apprendre à maîtriser et à anticiper une chute.

Matériel

- Un escalier pas trop raide, quelques marches suffisent ; ses chaussons,
- Ses chaussons, un jouet.

Acquisitions

- Espace de vision
- Tonus musculaire, réflexes, réaction comportementale
- Fonctions cognitives : mouvements, langage, approvisionnement, observation
- Structuration spatiale

★ Déroulement de l'atelier

- Lorsqu'il monte les escaliers à quatre pattes, il vous voit le faire debout, il comprend que c'est plus efficace. Il va alors prendre appui sur le mur ou les barreaux de protection. Laissez-le monter sur les premières marches.
- Restez derrière lui, il sait que vous êtes là pour le retenir au cas où. Encouragez-le :
« Tu essaies de monter comme maman ? Tu te mets debout ? Tu ne vas pas tomber, je suis là. »
- S'il se sent prêt, il va pousser sur les jambes plutôt que sur les genoux, va poser les deux mains sur la marche suivante, puis placer une des mains sur le mur ou le barreau pour conserver son équilibre et lever un pied.
- Pour la descente, proposez-lui de commencer par les deux dernières marches. Avec le temps, il ira plus loin.
- Quand il sera en haut de l'escalier et qu'il s'approchera des marches pour descendre, dites-lui que vous avez peur qu'il tombe et incitez-le à revenir vers le quatre-pattes : ainsi il a le choix et comprend qu'il doit être prudent.
- Une fois qu'il sait faire, n'hésitez pas à détourner son attention lors de la montée ou la descente pour qu'il apprenne à conserver son équilibre en tournant la tête ou en pivotant le tronc.
- Par la suite, posez un jouet sur une des marches, pour lui apprendre à le saisir en s'arrêtant et en maintenant son équilibre.

Compte jusqu'à 3, je ne bouge plus

L'objectif est ici d'apprendre à l'enfant à suspendre son activité : on ne bouge plus pendant un temps court, on peut même lui demander de fermer les yeux. C'est une variante plus évoluée à cet âge du coucou caché qui avait introduit la notion de permanence de l'objet. Le lien avec l'autre est consolidé et les angoisses d'abandon disparaissent.



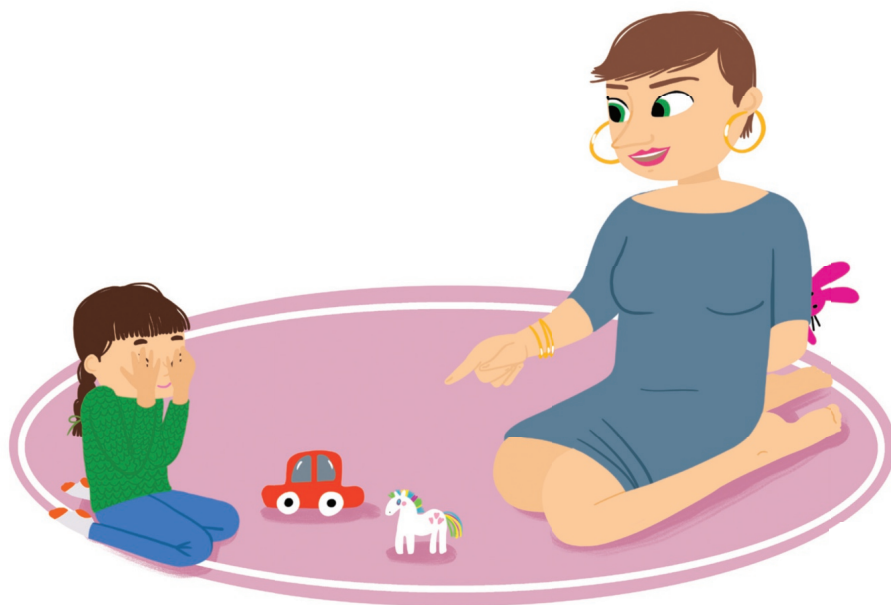
Matériel

- Trois jouets qui lui sont familiers.



Acquisitions

- Développement relationnel et affectif
- Vision, détection des mouvements
- Mémorisation
- Vocabulaire, phonétique



★ Déroulement de l'atelier

- Asseyez-vous face à lui et attirez son attention : « *On va faire un jeu, Maman va compter jusqu'à 3 on ne bouge plus, d'accord ?* »
- Montrez-lui un exemple : placez vos deux mains en l'air en face de vous, bougez-les normalement, puis comptez « 1, 2, 3 ! » et, pendant que vous comptez, maintenez votre tête et vos mains immobiles. Rien ne lui échappe, il comprend qu'il y a un jeu, une activité inhabituelle.
- Très vite, bougez à nouveau les mains et proposez : « *Je recommence, d'accord ?* » Recomptez jusqu'à 3 et, pendant ce comptage, ne bougez plus du tout. Puis revenez au mouvement : « *Et coucou, maman bouge de nouveau.* »
- Proposez-lui de jouer. Selon son degré d'écoute, d'intérêt, il va se prêter au jeu, à son rythme.
- Au début, il continuera de bouger les mains, le visage, la bouche, il cherchera à ne plus bouger l'un ou l'autre avec le temps. Les chiffres 1, 2 et 3 entrent dans son vocabulaire et il perçoit la notion de temps.
- Une fois qu'il a compris cette notion de « suspension » de l'activité, vous pouvez compliquer en lui demandant de fermer les yeux. Il apprend alors à coordonner le temps et la fermeture volontaire de ses paupières, il devra s'y reprendre à plusieurs fois.
- Lorsqu'il sera habitué à ce jeu, recommencez en disposant trois jouets devant lui. Pendant qu'il a les yeux fermés, enlevez un des jouets. « *Oh, un jouet est parti, c'est lequel ?* » Il se penche, cherche l'objet. Il comprendra que le jeu évolue, et sa mémoire visuelle sera entraînée.

Le conseil du pédiatre

- Ne brûlez pas les étapes, passez progressivement d'une version à l'autre.

Ah, les petits cubes !

Les cubes offrent de nombreuses activités grâce à leur pouvoir évolutif. À partir de 18 mois, un enfant commence à savoir en empiler trois. Il sait les saisir, s'il le faut un dans chaque main, il les observe, il a compris qu'on peut faire davantage que de les cogner l'un contre l'autre ou de les jeter devant soi. Sa capacité à rester absorbé de plus en plus longtemps sur ce qu'il fait s'accroît.



Matériel

- De simples cubes (carrés ou parallélépipèdes), faciles à saisir avec ses petites mains.



Acquisitions

- Usage du dénombrement
- Motricité fine : tri, positionnement des objets



Déroulement de l'atelier

- Disposez devant lui quelques cubes. Laissez-le jouer, prendre possession, observer. Depuis l'âge de 1 an, il sait déjà en mettre un sur l'autre. Montrez-lui qu'on peut en mettre trois tout en gardant leur équilibre.
- Décrivez ce que vous faites : « *Tu as vu, j'ai posé trois cubes l'un sur l'autre, et ils ne tombent pas.* » Il va vite comprendre, s'amuser à les faire tomber et chercher à les empiler à son tour. N'en disposez pas trop autour de lui, sinon son attention sera détournée : quatre ou cinq tout au

plus. S'il est habile ou « explorateur », une fois qu'il aura compris le principe, il cherchera à en empiler davantage. Vers l'âge de 2 ans, il sera capable d'en ajuster ainsi 6 voire plus, et il sera fier d'arriver à les faire tenir, pour mieux les faire tomber ensuite.

- Une fois cette étape franchie, vous pouvez lui proposer des cubes de différentes tailles pour qu'il varie les figures. Il pourra même faire des ponts selon son rythme.

Le conseil du pédiatre

- Ne l'installez pas avec un objectif à atteindre, favorisez plutôt son imagination, son désir de découverte. Rien de tel pour qu'il prenne confiance en lui, plutôt que de reproduire. Incitez, conseillez, félicitez.

Je n'arrache pas les pages

C'est une tranche d'âge où votre enfant, lorsqu'il est apaisé, attentif à ce que vous lui montrez, ne demande qu'à en savoir plus, à regarder des images dans un livre. Vous allez donc lui apprendre à être actif, notamment à tourner les pages lui-même sans les déchirer.



Matériel

- Un livre avec des images représentant la réalité, par exemple un petit album avec des photos.



Acquisitions

- Stabilisation du langage, phonétique, vocabulaire
- Observation, mémorisation
- Autonomisation



Déroulement de l'atelier

- Demandez-lui de choisir un livre dans une petite bibliothèque ne contenant pas plus de 10 choix. Installez-vous à côté de lui ou mettez-le sur vos genoux.
- Montrez-lui l'exemple et laissez-le explorer le livre, apprendre à se servir d'une main pour le tenir, et ensuite tourner les pages par lui-même. Cela nécessite plusieurs actions qu'il va coordonner pour regarder l'image, la montrer du doigt, écouter les commentaires que vous faites, observer les couleurs, retrouver quelques pages plus loin un lien avec une image vue précédemment.
- Laissez-le faire, retourner en arrière si besoin, tourner les pages dans l'autre sens. Commentez cette « lecture ».
- S'il a tendance à trop tirer sur la feuille et qu'il risque de l'arracher, expliquez-lui : « *Il faut faire attention, il ne faut pas tirer trop fort pour ne pas abîmer.* » Montrez-lui à nouveau comment vous faites. Il va peu à peu comprendre que c'est un objet réutilisable, qu'on doit en prendre soin.
- Après l'activité, demandez-lui de le remettre dans sa petite bibliothèque à livres, ainsi l'exploration est associée au rangement, donc à la répétition, ce qui est rassurant pour lui.

Le conseil du pédiatre

- N'hésitez pas à revenir régulièrement sur un livre qu'il connaît déjà. Au début, prenez un livre avec des pages en tissu puis en carton de plus en plus fin, et enfin en papier. Après deux ans, vous pourrez le laisser seul avec le livre.

Dur dur de mettre ses chaussures !

Depuis qu'il est petit, votre enfant vous voit enfiler et retirer ses chaussettes, ses chaousons. Avec cette activité, vous allez l'associer à cette tâche qui lui permettra de gagner en autonomie.



Matériel

- Ses chaussures ou ses chaousons.



Acquisitions

- Réaction comportementale
- Motricité fine
- Socialisation, adaptation aux ordres, confiance en soi
- Autonomie, observation



Déroulement de l'atelier

- Quand vous partez de chez vous avec votre enfant, prévoyez quelques minutes d'avance pour qu'il puisse mettre ses chaussures lui-même, sans qu'il sente que le temps est compté. Sinon, il préférera vous laisser faire, craignant ne pas être à la hauteur.
- Il est assis : présentez le bout de son pied dans l'entrée de la chaussure, décrivez ce que vous faites : « *J'ouvre ta chaussure, tu vois, je mets ton pied dedans/ Veux-tu pousser ton pied dedans ?* » Si vous prenez le temps, il comprend que vous attendez quelque chose de lui, il va peu à peu s'exécuter. Faites de même de l'autre côté. S'il ne le fait pas les premières fois, ce n'est pas grave, c'est à force de répétition que l'envie lui viendra.
- L'étape suivante sera de lui demander de se mettre debout et d'essayer de pousser le pied un peu plus loin dans la chaussure, tout en maintenant son équilibre.
- Par la suite, si la chaussure se ferme avec un scratch, montrez-lui, proposez-lui de la fermer lui-même.
- Au retour, proposez-lui d'ouvrir ses chaussures : « *Veux-tu ouvrir le scratch ?* » Il lui faudra soit se tenir debout et se pencher, soit s'asseoir et plier le genou pour y arriver.
- Plus tard, vous pourrez lui apprendre à lacer ses chaussures. Commencez par lui montrer comment en tenir un côté dans chaque main pour tirer.



Je disparaissais dans ma chemise

Dans la continuité de la précédente, cette activité favorise l'utilisation de son environnement désormais familier, pour lui apprendre à s'autonomiser dans l'habillage et le déshabillage. Cela prend du temps et c'est normal, car de nombreuses habiletés sont requises.



Matériel

- Sa chemise, son pantalon, sa robe, son pyjama.



Acquisitions

- Toucher, perception de son corps
- Orientation envers/endroit
- Motricité globale et fine, équilibre
- Observation, mémorisation, autonomie, prise de confiance en soi



Déroulement de l'atelier

- Commencez par lui demander de retirer des vêtements simples (chapeau, casquette, chaussettes, chaussons...) : « *Veux-tu enlever toi-même la deuxième chaussette ?* »
- Passez ensuite aux vêtements plus complexes, par exemple le pyjama ou la chemise, en la déboutonnant vous-même pour l'instant.
- De même, commencez à descendre son pantalon ou sa salopette le long de ses cuisses, et suggérez-lui de faire le reste : retirer ses jambes et ses pieds de ce vêtement, ce qui est une étape complexe, puisqu'il doit s'asseoir et ne pas coincer les jambes du pantalon sur ses chevilles. Pour cela, commencez par un pantalon souple, léger, de pyjama par exemple, qui glisse plus facilement. Aidez-le uniquement si vous voyez qu'il s'impatiente.
- Plus tard, une fois qu'il a entré ses jambes dans le pantalon, proposez-lui de se mettre debout et de tirer le pantalon vers le haut, pour passer sa taille.
- Une étape suivante sera de lui proposer de remonter la fermeture Éclair lui-même, une fois les deux parties de celle-ci réunies à la base : il remonte ce qu'il peut et apprend à saisir avec sa pince index-pouce tout en tirant.
- Proposez-lui à chaque fois de participer : cela deviendra une habitude, vous aurez de moins en moins besoin de le lui demander.
- Ce n'est qu'à partir de 2 ans que vous pourrez aller plus loin en lui proposant de déboutonner de gros boutons, ce qui lui permet de s'habiller seul si ses vêtements sont amples.

Mon parcours du combattant

Il est désormais plus habile, maîtrise mieux la marche, la manipulation des objets, il aime courir, mais tombe encore facilement. Avec cette activité, vous allez le rendre attentif et l'aider à contrôler son parcours et son habileté.



Matériel

- Quelques gros livres, un jeu de cartes, quelques petites bouteilles vides en plastique, deux chaises,

un drap, un panier, quelques mandarines ou kiwis, 2 ou 3 quilles.



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Motricité globale, motricité fine

- Adaptation aux ordres
- Structuration spatiale et latéralité



Déroulement de l'atelier

- Préparez d'abord le parcours : une marque à terre pour le départ ; 2 bouteilles en plastique à 25 cm l'une de l'autre ; un peu plus loin, un gros livre ; encore plus loin, 2 chaises pas trop hautes dos à dos, le drap tendu par-dessus de manière à faire une cabane en ménageant un corridor de chaque côté ; après cet obstacle, 2 petits châteaux de cartes (un seul niveau) à 25 cm l'une de l'autre ; l'arrivée matérialisée par un objet familier, une peluche par exemple.
- Expliquez-lui ensuite qu'il va partir du point de départ pour rejoindre l'arrivée : « Tu vas passer entre les bouteilles sans les faire tomber ? » Si besoin, montrez-lui en avançant vous-même à genoux, faites tomber une bouteille : « J'ai perdu, j'ai

fait tomber la bouteille, tu veux essayer ? »

- Décrivez toutes les étapes pour qu'il comprenne : passer entre les deux bouteilles sans rien faire tomber, poser les deux pieds sur le livre et descendre de l'autre côté, rester debout en passant sous la tente improvisée, passer entre les deux petits châteaux de cartes et atteindre la peluche.
- Félicitez-le à son arrivée : « Bravo, tu y es arrivé sans rien faire tomber ! »
- Entre 18 et 24 mois, faites évoluer ce jeu en fonction de son implication.
- Avec le temps, vous pourrez lui donner un petit panier et poser un kiwi ou une mandarine après chaque obstacle, qu'il devra ramasser en se baissant pour les mettre dans le panier.

Je visse, c'est rigolo

Apprendre à votre enfant à mieux maîtriser certains mouvements de la main et du poignet lui permet de gagner en autonomie et en confiance en lui. La manière de visser, de dévisser, de clipser sont des classiques qui lui serviront toute sa vie. Grâce à cette activité, il pourra participer à la vie quotidienne de la famille, progresser à son rythme et trouver sa place en se sentant utile.



Matériel

- Des récipients (boîte, bouteille, tube, flacon...) de différentes matières (verre, plastique, métal, etc.) avec différentes fermetures (couvercle, bouchon).



Acquisitions

- Toucher, vision
- Motricité fine
- Comportement instinctif
- Latéralisation
- Langage
- Autonomie, observation, mémorisation



Déroulement de l'atelier

- Lorsque vous ouvrez un pot de nourriture qui lui est destiné, montrez-lui comment il s'ouvre. Si l'ouverture est difficile (sous vide), commencez l'action en la décrivant : « *Maman tourne le couvercle pour ouvrir.* » Dès que la résistance se relâche, donnez-lui le pot et proposez-lui de l'ouvrir.
- Si tout n'est pas utilisé, placez le couvercle au bon endroit et proposez-lui de le fermer. S'il faut finir de le visser avec force, terminez vous-même en décrivant ce que vous faites.
- Faites de même pour chaque récipient : le tube de dentifrice, les bouteilles de lait et de jus de fruits, par exemple. Essayez de varier les types de fermetures.
- Dans sa chambre, vous pouvez organiser une séance de jeu avec des récipients différents. Alignez-les et mettez les couvercles correspondants devant chacun. Lorsqu'il maîtrisera cela, vous pourrez mélanger les couvercles. Ainsi, en plus de devoir se concentrer sur ses gestes, il devra chercher les correspondances.

Le conseil du pédiatre

- N'hésitez pas à utiliser des flacons en verre : s'il en casse un, dites-lui aussitôt que ce n'est pas grave, sans le gronder, qu'il faut simplement faire attention. Cela lui permet de mieux comprendre les différentes propriétés de l'objet et d'en prendre soin par la suite.

Quel est cet instrument de musique ?

Dès l'âge de 18 mois, l'enfant s'intéresse à la musique, et cet attrait va grandissant jusqu'à 6 ans. Des études montrent que l'écoute de musique met en action des parties du cerveau liées aux mathématiques et à l'identification de modèles⁸.



Matériel

- Tout instrument de musique que vous détenez chez vous.



Acquisitions

- Langage, vocabulaire
- Coordination
- Concentration, mémorisation
- Audition, toucher



Déroulement de l'atelier

- Si votre enfant a déjà l'habitude de vous voir jouer d'un instrument de musique, laissez-le toucher et montrez-lui comment vous le manipulez.
- Faites quelques notes puis, s'il cherche à toucher l'instrument, laissez-le vous imiter. Si c'est un piano par exemple, prenez-le sur vos genoux et laissez-le développer le geste d'enfoncer une touche pour découvrir le son qui en sort. C'est la première phase : celle de créer un son avec la main ou avec la bouche. Votre enfant réalise qu'il est à l'origine du son entendu. Il le reconnaît et peu à peu l'attribue à l'instrument. C'est la phase créative.
- Si l'instrument n'est pas fragile, faites en sorte que votre enfant puisse y accéder de lui-même. Quand il en aura envie, il le prendra et en fera sortir des sons.
- L'étape suivante sera de lui faire reconnaître les instruments. Vous pouvez trouver sur Internet des enregistrements d'instruments en solo ; faites quelques notes avec l'instrument que vous avez, puis faites-lui écouter un enregistrement du même instrument.
- Une fois qu'il saura bien identifier l'instrument, vous pourrez lui faire écouter un enregistrement de cet instrument mêlé à d'autres. Laissez-le écouter, sans rien dire. Il y a fort à parier que c'est lui qui vous fera signe qu'il entend et reconnaît. C'est la phase de l'identification.

8. Lee, I. W. et S. J. Kim (2006), "The effects of integrated activity with music and mathematics on musical ability and the mathematical concepts of preschoolers", The Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education, Vol. 11/2, pp. 305-329.

Je barbouille mes mains de peinture

Un peu avant leurs 18 mois, les enfants commencent généralement à apprécier la peinture et à comprendre les couleurs. Avec cette activité, vous allez l'aider à identifier ces couleurs, à les assembler, puis à mélanger les couleurs primaires pour en obtenir d'autres.



Matériel

- Des objets de même couleur, puis de la peinture à l'eau non toxique,

du papier, un tablier, de petites éponges, des cotons-tiges.



Acquisitions

- Motricité fine
- Créativité, mémorisation, observation

- Toucher
- Association des couleurs, vision



Déroulement de l'atelier

- Pour commencer, habituez-le à reconnaître les trois couleurs primaires. Par exemple, regroupez la première semaine tous les objets rouges que vous avez sous la main. Expliquez-lui : « Tu vois, tous ces objets sont rouges. » Incitez-le à en trouver d'autres dans l'appartement.
- La semaine suivante, faites de même avec le jaune, puis le bleu. Ainsi, il saura parfaitement attribuer chacune de ces couleurs lorsqu'il verra un objet. Vous pouvez ensuite organiser un jeu pour lui demander de trier des objets de ces trois couleurs dans trois paniers.
- Une fois cette étape franchie, installez-le devant la table avec une seule couleur, et avec ses mains, il va pouvoir « barbouiller » sur le papier, à sa convenance. Vous

pouvez l'imiter, parfois proposer une forme, un rond, une tête, un carré. Commentez ce qu'il fait, il apprend, il imite, laissez faire son imagination. Le lendemain et le surlendemain, recommencez avec une autre couleur.

- Un autre jour, mettez à sa disposition deux couleurs parmi les 3 primaires : ainsi, il va s'apercevoir qu'en mélangeant le jaune et le bleu, une nouvelle couleur apparaît : le vert. Expliquez-lui ce qui se passe. Il va adorer être à l'origine de ce savant mélange. Passez alors aux objets de couleur verte.
- Dans les semaines suivantes, faites de même avec les autres associations, pour qu'il découvre le violet et l'orange. Chaque fois, commentez et nommez.

De 2 à
3 ans
et plus

A cet âge, votre enfant a une alimentation équilibrée avec 4 repas par jour, une diversification apportant légumes, fruits et protéines (viande, poisson, œuf) et un apport lacté d'au moins 500 ml de lait (ou équivalent) par jour.

Il se construit grâce au rythme des repas structurés en famille (devenez adepte du *Slow parenting*⁹). La télévision est toujours déconseillée (jusqu'à 3 ans), et l'activité physique régulière devient déterminante.

À 24 mois, il bénéficie du troisième examen administratif et médical « obligatoire », inscrit dans le carnet de santé.

Les étapes essentielles dans cette période

Votre enfant devient de plus en plus autonome, comprend et parle de mieux en mieux, sait dire oui et surtout non.

Sa capacité à raisonner est désormais bien mise en place. Profitez-en pour le faire adhérer à toute action, au lieu de la lui imposer. Une explication vaut mieux qu'une obligation, qui peut mener à un refus voire à un blocage parfois durable.

L'acquisition de la propreté est une étape essentielle de cette période.

Sur le plan moteur

- Il peut maintenant taper dans un ballon en courant, et l'envoyer vers un objectif précis. Il devient plus agile et sait tenir quelques instants sur un pied, ou tenir accroupi. Il monte et descend les escaliers peu à peu, sans se tenir. Il commence aussi à pédaler sur un tricycle ou une draisienne.
- Concernant la motricité fine, il mange seul et sait pointer du doigt si vous lui demandez de montrer quelque chose. Son poignet est plus souple et lui permet d'étendre ses capacités ; il peut visser et dévisser, tenir un crayon, gribouiller sur une feuille, empiler jusqu'à 8 cubes.
- Il obéit à une demande simple, comme aller chercher une balle pour vous la donner.

9. <http://www.pediatre-online.fr/comportement-developpement/slow-parenting-cest-quoi/>

Sur le plan visuel

- Dans ce domaine, tout se joue avant l'âge de 3 ans. Un examen de la vision précis sera donc demandé devant tout signe alarmant : strabisme, torticolis persistant, manque d'intérêt pour les stimuli visuels, enfant qui se cogne fréquemment ou qui bute sur les trottoirs, enfant qui plisse souvent les yeux. La mesure de son acuité visuelle est plus aisée, car il participe mieux aux examens.

Sur le plan auditif

- Il a peut-être déjà fait une ou deux otites. Inévitablement, votre pédiatre vérifiera son audition, avec des sons calibrés et la voix chuchotée. En cas de doute, un contrôle chez l'ORL sera demandé. L'audition est essentielle car il est en plein apprentissage du langage.

Contact social

- Il a la volonté d'explorer, mais aussi ses premiers chagrins, sentiments d'impuissance et envies de s'opposer. Face à cela, il faut veiller à réagir en adulte pour qu'il prenne confiance en lui.

Le langage

- Le stade lexical commence à 18 ou 20 mois. Votre enfant commence à reconnaître et à montrer les objets que vous lui décrivez. Il reconnaît son nom et son prénom. Son vocabulaire s'étend entre 50 et 100 mots : principalement des objets usuels, mais il sait aussi nommer une ou deux parties de son corps, et les montrer lorsque vous lui demandez de les désigner. Il connaît également le nom d'une ou deux couleurs.

Le toucher

- Il apprend à toucher, à montrer, à découvrir les formes, à les décrire. Il sait nommer certaines textures (c'est chaud, c'est froid, c'est dur, etc.)

L'olfaction et le goût

- La néophobie alimentaire, cette phase parfois épouvantable où l'enfant ferme la bouche systématiquement, entre dans un refus complet et fait des crises autour de certains aliments, commence en général vers 18 ou 24 mois. Pour l'éviter, adoptez les bonnes attitudes en amont¹⁰. Respectez ses préférences, ses choix et ses envies, c'est essentiel.

Structuration dans l'espace

- Il apprend davantage de notions spatiales par la marche, la course, le saut. Il comprend du vocabulaire d'orientation, comme « aller vers », « tourner autour de », « jeter sur/dans ».

Structuration dans le temps

- Il commence à comprendre les notions de temporalité comme « avant », « pendant », « après », « lentement », « rapidement », « bientôt ».

Développement psychoaffectif et cognitif

Il entre dans la période du « *je fais quand je veux, où je veux, comme je veux* »¹¹, en particulier pour l'acquisition de la propreté. Il ne faut pas brûler les étapes. Attention aux interdits parentaux qui peuvent exacerber son agressivité. Il se sépare plus facilement de sa maman.

Sommeil

Il dort environ 12 à 13 heures par 24 heures. Normalement, il ne fait plus de sieste le matin depuis ses 18 à 24 mois.

Il est curieux, a davantage envie d'apprendre, écoute ce que vous dites, mais, très vite, il veut découvrir par lui-même. Il est primordial de laisser son esprit de découverte et d'imagination faire son chemin. Le fait de comprendre les mots et de pouvoir parler lui offre une autonomie supplémentaire, que nous allons développer dans les activités qui suivent.

10. *Mon enfant ne veut pas manger*, Un problème 7 solutions, Éditions Hachette, Dr A. Pfersdorff.

11. *Mon enfant n'est pas propre*, Un problème 7 solutions, Éditions Hachette, Dr A. Pfersdorff.

Je fais la course avec toi

Votre enfant ne demande qu'à partager, à vous imiter. Avec cette activité, vous allez lui donner davantage d'assurance dans sa maîtrise de la marche « rapide », en courant ensemble.



Matériel

- Deux foulards, deux grands sacs en tissu.



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Motricité globale
- Équilibre et orientation
- Socialisation, adaptation aux consignes



Déroulement de l'atelier

- Matérialisez une ligne de départ et une ligne d'arrivée avec des foulards. Sécurisez le parcours pour qu'il ne se fasse pas mal et puisse prendre confiance en tombant et en se relevant.
- Commencez l'activité à quatre-pattes. Expliquez-lui la règle : « *Le premier qui prend l'autre foulard a gagné la course* », puis lancez le départ : « 1, 2, 3 partez ! »
- S'il ne comprend pas la première fois, et vous regarde, poursuivez votre course, attrapez le foulard et dites-lui : « *J'y suis arrivé, tu essaies ?* » Et remettez le foulard à terre. Très vite, il comprendra et souhaitera lancer le départ avec vous.
- Quand il a compris le principe, laissez-le, de temps en temps, prendre un peu d'avance. Arriver avant vous lui procurera de la joie, il saisira le foulard avec fierté, félicitez-le.
- Par la suite, passez à la course debout.
- L'étape suivante sera la course « en crabe », c'est-à-dire en pas chassés latéraux. Il devra pour cela apprendre à projeter un pied contre l'autre, en faisant de petits sauts.
- Quand il sera un peu plus âgé, vous pourrez complexifier l'activité avec la course en sac. Il perfectionnera son saut à pieds joints tout en tenant le sac avec ses mains. Cette course lui apprendra aussi à tomber et à se relever.

Les conseils du pédiatre

- Ne brûlez pas les étapes, la coordination jambes-saut se fait progressivement.
- Ne donnez pas de récompense, ce n'est pas l'objectif : sa récompense, c'est de participer avec vous, et de lancer le départ : « 1, 2, 3 partez ! »

Je marche à reculons

Lui apprendre des manières de marcher plus complexes, ici en arrière, lui permet d'augmenter son attention, de regarder devant et derrière lui avec plus de précision. Ainsi, il tombera moins et sera plus agile dans ses **praxies**¹².



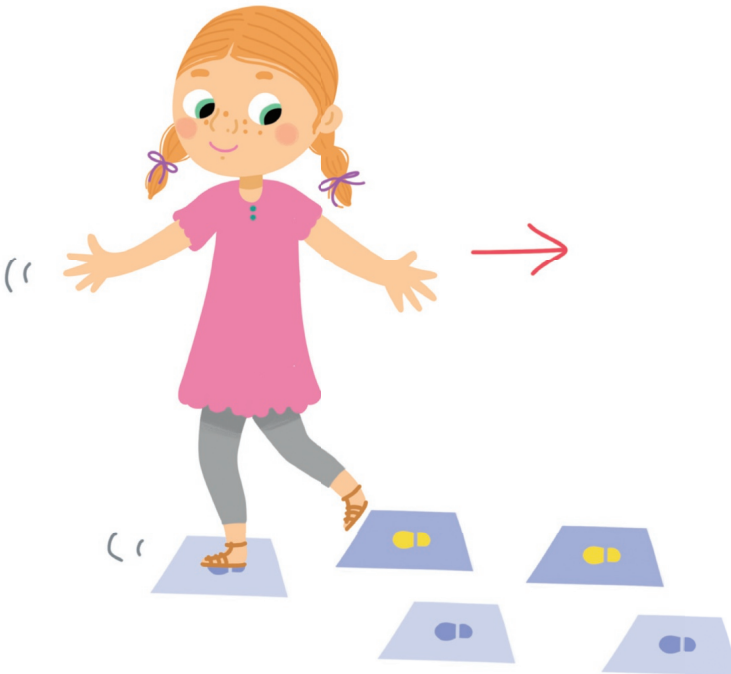
Matériel

- Un rouleau de papier kraft par exemple et 2 feutres : jaune et bleu.



Acquisitions

- Motricité globale
- Espace de vision
- Autonomie, confiance en soi
- Structuration spatio-temporelle



12. Ensemble des fonctions de coordination et d'adaptation des mouvements volontaires de base dans le but d'accomplir une tâche donnée

★ Déroulement de l'atelier

- Si vous êtes en été, au bord de la plage, mettez-vous dans un endroit où le sable est mouillé : les empreintes de ses pieds sont un aspect ludique de cet atelier.
- Marchez à ses côtés, en le tenant par la main. Montrez-lui les traces : « *On fait un pas, puis deux, tu vois ta trace ?* » Il se retourne, regarde, comprend que ces traces vous appartiennent à chacun.
- Proposez-lui de reculer : « *Regarde, on va revenir en arrière, on remet les pieds dans nos traces ?* » Et là, à reculons, en lui tenant une main au début, essayez chacun de remettre vos pieds dans les empreintes laissées au sol.
- Si vous êtes en intérieur, mettez-le pieds nus, déroulez le rouleau de papier kraft dans le couloir.
- Demandez-lui de se tenir debout, les deux pieds l'un à côté de l'autre, et tracez ses empreintes avec les feutres, bleu pour le pied gauche, jaune pour le pied droit.
- Puis demandez-lui d'avancer un seul pied et de ne plus bouger. Marquez le nouveau positionnement. Continuez en marquant chaque pas, jusqu'à avoir tout un sentier de traces de pieds.
- Proposez-lui ensuite de revenir au départ, et de replacer chaque pas sur la trace correspondante, en marche avant.
- Arrivé au bout, proposez-lui cette fois de faire de même, mais en marche arrière. Vous pouvez lui montrer l'exemple en le faisant vous-même.
- Vous pourrez complexifier par la suite en mettant des objets sur le parcours : quille ou bouteille en plastique à ne pas faire tomber.
- Commentez en insistant sur les mots « droit » et « gauche » : « *Ton pied gauche marche sur le bleu, ton pied droit sur le jaune* ». Avec le temps, il va également intégrer ces notions.

Les conseils du pédiatre

- Sécurisez le papier pour qu'il ne glisse pas en reculant. Au début, vous pouvez lui tendre une main afin qu'il apprenne à tenir son équilibre pour regarder en arrière et exercer une torsion de son tronc.
- Évitez de lui dire : « *Attention de ne pas tomber !* », car de fréquents avertissements peuvent l'inhiber.

Cache-cache

Jouer à cache-cache avec votre enfant n'est pas seulement un amusement : cela l'aide à évoluer en se projetant sur son image, sa matérialisation, et à être inventif pour se cacher.



Matériel

- De quoi se cacher : un rideau, une petite tente, un paravent, un canapé...



Acquisitions

- Confiance en lui
- Mémorisation, observation
- Sociabilisation
- Langage



Quand ?

- Depuis l'âge de 18 mois, il sort de la période de l'angoisse de la séparation et il prend mieux conscience de votre permanence

(votre réapparition après votre disparition). À 24 mois, le cache-cache est tout à fait adapté. Évitez de jouer juste avant l'heure du coucher.



Déroulement de l'atelier

- Sans forcément annoncer le jeu, lorsque vous êtes seul dans une pièce avec lui, allez vous cacher et interpelez-le : « *Coucou, maman est cachée, tu viens me chercher ?* » ; « *Elle est où maman ?* »
- Lorsqu'il vous trouve, jouez l'étonnement et proposez d'inverser les rôles : « *Oh ! Bravo, tu as trouvé maman qui se cachait. Tu veux aussi aller te cacher ?* »
- Il est probable qu'il ne comprenne pas les premières fois. Recommencez à un autre endroit, derrière un paravent ou une porte. « *Coucou, je me suis cachée, tu me cherches ?* » sont des

mots qu'il comprend ; de même, il saisit qu'il y a un jeu et il éprouve du plaisir à vous chercher pour vous retrouver.

- Au début, il ne sera pas bien caché, vous le verrez dépasser du petit meuble ou du rideau. Faites semblant de ne pas le voir : « *Il est où mon enfant ? Je le cherche mais je ne le trouve pas...* » Finissez bien sûr par le trouver.
- Une fois qu'il aura compris le principe du cache-cache, vous pourrez complexifier en passant à une chasse au trésor, avec des objets que vous aurez cachés dans la pièce.

Les yeux bandés, je rejoins maman

Dans cette activité, vous pourrez mettre votre enfant en confiance, en le guidant pour avancer les yeux bandés. Il pourra explorer, vous rejoindre en suivant votre voix : ce moment de sociabilité correspond parfaitement à son âge. Cette expérience ne pourra que l'aider lorsqu'il entrera à l'école : toucher, découvrir, faire confiance à l'autre.



Matériel

- Un simple foulard.



Acquisitions

- Toucher
- Comportement instinctif
- Prise de confiance
- Structuration spatiale
- Sociabilité



Déroulement de l'atelier

- Commencez par bander vos propres yeux. Non loin de lui, attirez son attention : « *Maman/papa a caché ses yeux, il est où mon petit garçon, elle est où ma petite fille ?* »
- Tendez les bras et mains en avant, cherchez-le, il ne bouge pas ou au contraire s'amuse et recule ou se précipite dans vos bras. C'est le temps de la découverte du jeu.
- Si vous le sentez intéressé, proposez-lui d'inverser les rôles : « *Tu veux essayer et chercher maman ?* » S'il le souhaite, bandez-lui les yeux, doucement.
- Restez à proximité de lui, pour qu'il vous trouve facilement au début. Le but atteint, il enlèvera son bandeau lui-même pour s'assurer que vous êtes bien là et surtout pour exprimer sa joie et constater la vôtre.
- Renouvelez l'activité un autre jour en lui demandant d'aller se cacher : « *Attention, maman cherche, maman va te trouver, je brûle, tu es derrière le canapé, j'en suis certaine !* » Le jeu va durer de plus en plus longtemps, car il innovera, se cachera mieux, se retiendra de rire pour ne pas être démasqué.
- Lorsqu'il est habitué à cette activité d'interaction, vous pouvez encore complexifier le jeu en inversant les rôles. Cachez-vous un peu plus loin, veillez à ce qu'il n'y ait pas d'obstacle dangereux devant lui.
- Ne le récompensez pas : la récompense, c'est de trouver maman ou papa. La joie et les félicitations suffisent.

Je construis mon château

Les cubes offrent des possibilités infinies, en particulier sur le plan de l'imagination et de la création. À cet âge, vous pouvez lui apprendre à organiser des assemblages d'abord en deux dimensions, puis en trois dimensions.



Matériel

- Des cubes de bois colorés (trois couleurs différentes pour commencer),

du papier, un feutre noir et des feutres de la couleur des cubes.



Acquisitions

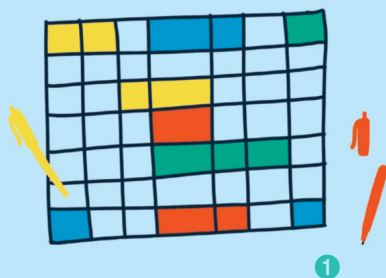
- Langage, vocabulaire, communication
- Motricité fine

- Raisonnement, imagination
- Reconnaissance des couleurs



Déroulement de l'atelier

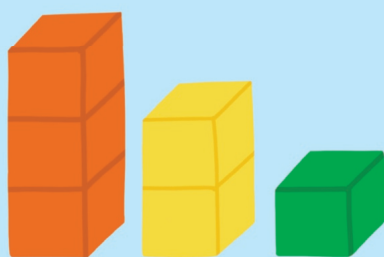
- Disposez les cubes dans un panier à sa disposition. L'idéal est qu'il les prenne lui-même.
- Sur une feuille, dessinez un damier dont chaque case fait la taille d'un cube, et colorez quelques cases de la couleur des cubes ❶. L'objectif est qu'il fasse le lien entre les cases et les cubes. Pour l'aider, posez un cube jaune sur la case jaune. Expliquez-lui : « *Je mets le cube jaune sur le carré jaune. Veux-tu essayer ?* »
- Laissez-le observer, reconnaître les couleurs. Il va s'emparer d'un autre cube. Laissez-le cheminer dans sa réflexion, accompagnez-le, le principe est qu'il comprenne par lui-même.
- Une fois qu'il sait mettre chaque cube sur la bonne case, empilez-en plusieurs, sur des hauteurs différentes ❷ ❸. Imaginez que ce sont des remparts, une tour, etc. Il comprend qu'il construit une structure qui ressemble à un petit château ❹.
- Une fois l'étape de la construction linéaire en hauteur franchie, vous pourrez passer aux pyramides ❺, puis utiliser des parallélépipèdes et des cylindres pour complexifier les structures (fenêtres, portes, pont).



1



2



3



4



5

Le conseil du pédiatre

- Ne commencez pas avec plus de trois cubes, vous en ajouterez progressivement. S'il veut faire autrement que le schéma proposé, laissez libre cours à son imagination.

Je dessine

Depuis leurs 18 mois, et plus encore vers leurs 2 ans, les enfants aiment prendre un crayon pour gribouiller. À ce stade, même si leurs deux mains ont la même agilité, une préférence se distingue déjà. C'est la période des traits verticaux. En effet, le trait horizontal, plus complexe, est acquis vers 3 ans, suivi des croix. Avec cette activité, vous allez aider votre enfant à expérimenter les dessins de cercles et de boucles.



Matériel

- Plusieurs crayons de couleur, des feuilles de papier.



Acquisitions

- Motricité fine
- Phonétique, vocabulaire, connaissance des couleurs
- Mémorisation, observation, imagination
- Confiance en soi



Déroulement de l'atelier

- Placez le matériel devant lui, et observez-le, encouragez-le à utiliser les crayons. Laissez-le explorer.
- Vous pouvez de temps à autre commenter une forme qui apparaît : « C'est une petite voiture ? C'est un petit chat ? » Exclamez-vous : « C'est la première fois que tu fais ce dessin, je le trouve très beau ! » Il prend confiance dans ce qu'il fait et constate que c'est apprécié.
- N'hésitez pas à lui demander, devant ses gribouillages, ce que ça représente pour lui.
- Montrez-lui les formes et décrivez-les : « Oh, tu as fait un cercle » ou « Là, tu as fait un trait ».
- Vous pouvez l'aider à mieux positionner son crayon, entre le pouce et l'index.
- Ensuite, prenez vous-même une feuille et un crayon, et dessinez quelques formes simples : un cercle, un bonhomme, une maison. Ne lui dites pas : « Tu essaies de faire comme moi ? » mais plutôt : « J'ai dessiné un bonhomme. » Il fait appel à ses habiletés de perception, et développe le désir de recopier, ou non.
- Vous pouvez ensuite lui dessiner quelques cercles et lui proposer de les remplir avec un crayon de couleur. C'est un très bon exercice de contrôle du geste.
- Enfin, laissez-le dessiner ce qui lui passe par la tête, ce qu'il sait du monde qui l'entoure, il fait appel à ses habiletés cognitives. Sollicitez sa créativité : « Raconte-moi ton dessin... »

J'habille le petit bonhomme

À cet âge, la curiosité de votre enfant s'étend aussi aux étapes de l'habillage. Grâce à un visuel à découper, vous pouvez l'aider à trouver lui-même à quelle partie du corps correspond chaque vêtement.



Matériel

- Une planche de dessins à découper représentant des vêtements et un personnage ; une paire de ciseaux,

de la colle non-toxique, un morceau de carton, les vrais vêtements correspondants placés dans un panier.



Acquisitions

- Motricité fine
- Phonétique, vocabulaire, langage

- Mémorisation, observation, association objet/fonction



Déroulement de l'atelier

- Devant votre enfant, découpez les vêtements ; il est encore trop petit pour le faire lui-même dans le détail, mais il peut essayer sous votre surveillance s'il le souhaite.
- Une fois tous les dessins découpés, proposez-lui de vous aider à coller le personnage sur le morceau de carton, de façon bien visible. Nommez ou décrivez le personnage.
- Posez en vrac les différents vêtements et demandez-lui de les nommer, avec de l'aide si besoin : « Où est la casquette ? » ou en le questionnant : « Tu as choisi quel vêtement ? C'est la casquette ou le tee-shirt ? »
- L'étape suivante consiste à ce qu'il pose le vêtement au bon endroit : « Ce sont les chaussures ? Elles se mettent où les chaussures ? »
- S'il ne positionne pas le vêtement au bon endroit, montrez-lui les vêtements correspondants que vous aurez mis à côté de vous : « Tu vois, c'est un pantalon dans le panier, le même que sur le dessin. » Ainsi, il fait le lien.
- Selon son habileté, laissez-le mettre un peu de colle sur le dos du découpage, et le positionner lui-même sur le personnage.



Le conseil du pédiatre

- Vous pourrez avec le temps complexifier avec davantage de vêtements, voire des accessoires (montre, lunettes, bracelet). Vous pourrez aussi choisir un dessin avec différentes épaisseurs (d'abord la couche, ensuite le body, puis le short). Laissez son sens de l'observation faire le travail.

C'est moi qui raconte l'histoire

À 24 mois, votre enfant possède déjà un certain vocabulaire (au moins 50 mots). Plutôt que de lui raconter une histoire, vous pouvez le rendre actif en lui demandant de vous en raconter une. De très nombreux épisodes ont émaillé sa journée, dont certains vont rejaillir de son cerveau émotionnel (le cerveau limbique) et le réveiller entre deux phases de sommeil. Le fait de déminer sa journée avant de dormir permet d'éviter ces réveils nocturnes.



Matériel

- Deux ou trois objets familiers qu'il a manipulés dans la journée :

une peluche, un dessin du jour, une photo d'un lieu qu'il fréquente...



Acquisitions

- Audition, phonétique, vocabulaire
- Développement psycho-affectif

- Mémorisation
- Sommeil



Déroulement de l'atelier

- Placez-vous à côté du lit de votre enfant, où il est couché.
- Délivrez-lui et des mots-clés qui vont évoquer quelque chose pour lui, des jouets qu'il a utilisés aujourd'hui, le nom de la nourrice, un copain de crèche, un animal de compagnie, de la nourriture ou des objets dont il a appris le nom aujourd'hui... L'un ou l'autre de ces mots va lui rappeler instantanément quelque chose : guettez sa réaction à chaque mot prononcé, immobilisation du regard, doigt ou main tendu. Il cherchera avec

« ses mots à lui » à vous « conter » quelque chose qui a probablement un rapport : c'est ainsi qu'il vous raconte. Il devient alors actif sur sa journée, il a beaucoup à dire et de cette manière, il désamorce les angoisses du jour ; ces angoisses ne le réveilleront pas cette nuit.

- Alternez en lui montrant par moments l'un ou l'autre objet familier qui l'aura accompagné dans sa journée, posez des questions : « C'est ton dessin ? Tu étais dans la voiture ? Vois-tu Damien sur la photo ? »

Le conseil du pédiatre

- Prononcez en détachant et en articulant bien les mots, pour lui laisser le temps de s'en imprégner, de les reconnaître, et qu'il fasse appel à son cerveau émotionnel.

Je fais des pirouettes

Vous entendez peut-être parler depuis peu de la « littératie physique¹³ ». Ce sont les habiletés, la confiance et l'envie de bouger qui mettent un enfant en mouvement pour la vie. Il s'agit d'un savoir-faire physique de base qui évolue avec l'âge. Dans la tranche des moins de 3 ans, on encourage l'enfant à bouger ; de 3 à 5 ans, on multiplie les occasions de jouer et de s'amuser. Dans cette activité, vous allez lui apprendre à faire des pirouettes.



Matériel

- Un petit tapis de sol ou des dalles en mousse, des chaussons qui le maintiennent bien, deux cordes.



Acquisitions

- Tonus musculaire, motricité globale
- Confiance en soi, comportement instinctif
- Coordination, orientation, mémorisation
- Structuration spatio-temporelle



13. <https://activeforlife.com/fr/litteratie-physique-2/>

★ *Déroulement de l'atelier*

- Faites-le s'agenouiller à vos côtés, puis montrez-lui comment s'accroupir. Vous pouvez soit lui montrer l'exemple, soit simplement l'accompagner dans le mouvement : la découverte de la roulade va le valoriser à vos yeux.
- Montrez-lui comment poser ses mains à plat devant lui, tournées légèrement vers l'intérieur.
- Montrez-lui comment baisser la tête jusqu'à coller son menton contre son sternum : cette action est difficile au début, il doit s'y prendre à plusieurs reprises.
- Encouragez-le à lever les fesses pour commencer à se renverser.
- Enfin, incitez-le à pousser avec les deux pieds en même temps. Vous pouvez l'accompagner ou le retenir si besoin.
- Il perd ses repères et, tout étonné, se retrouve allongé sur le dos, puis tout heureux reprend aussitôt ses marques, rit et veut recommencer.
- Pour lui apprendre à « rouler droit », vous pouvez disposer deux lignes de coussins ou deux cordes entre lesquelles il tentera de faire sa roulade sans les toucher.
- Plus tard, quand il maîtrisera la roulade avant, vous pourrez lui proposer la roulade arrière : s'accroupir, mettre les mains aux oreilles, rouler en arrière sur le dos et soulever le corps et les jambes en fin de roulade pour dégager la tête.

Les conseils du pédiatre

- Comme toujours, ne le forcez pas, il doit y trouver du plaisir.
- N'hésitez pas à faire des séances de baby gym avec lui : vous y trouverez toutes sortes de mouvements à reproduire à la maison.

J'avance accroupi

Votre enfant ne demande qu'à vous imiter et surtout à inventer. Sa motricité s'affirme et il ne se ménage pas pour se servir chaque jour un peu plus de ses jambes, de ses pieds, de ses bras, et pour les utiliser afin de maintenir son équilibre. Ici, vous allez lui apprendre à avancer accroupi, talons surélevés.



Matériel

- Un petit ballon, deux paniers posés à deux ou trois mètres l'un de l'autre.



Acquisitions

- Tonus musculaire, motricité globale
- Adaptation aux consignes, observation
- Structuration spatiale
- Coordination, équilibre



Déroulement de l'atelier

- Pour commencer, apprenez-lui à se tenir accroupi sans tomber : un enfant y arrive plus facilement qu'un adulte, car son centre de gravité est plus proche du sol.
- Placez-vous face à lui, tous deux accroupis, et tendez-lui un objet, pour que vous vous le passiez.
- L'étape suivante consiste à rester accroupi sans bouger et en vous mettant sur la pointe des pieds. Il devra s'aider des mains pour ne pas tomber. Montrez-lui comment tendre les bras en avant pour tenir l'équilibre.
- Montrez-lui ensuite comment se déplacer accroupi, les genoux fléchis, en marchant sur la partie antérieure des pieds, les talons relevés.
« Regarde comment j'avance ! Tu viens avec moi ? » Au début ce sera difficile, car il va perdre l'équilibre.
- Puis, saisissez le petit ballon et, tout en avançant accroupi, faites le tour du panier et jetez le ballon dedans : « Tu viens le chercher ? C'est ton tour. »
- Il va probablement s'aider de ses mains. S'il se remet debout, expliquez-lui : « Il faut rester accroupi, comme moi. »
- Continuez, chacun votre tour, à prendre le ballon dans un panier pour aller le jeter dans l'autre. Il va prendre de l'assurance, aller de plus en plus vite.
- Quand il semble à l'aise, ajoutez une nouvelle règle : si on s'aide en posant les mains par terre, c'est perdu.
- Plus tard, vous pourrez encore compliquer l'activité, en plaçant un foulard à distance de chaque panier, qu'il ne faudra pas dépasser pour lancer le ballon.

Je mets dessus dessous

Le concept de positionnement des objets ou des personnes dans un espace se fait progressivement chez votre enfant, à force de vous entendre dire : « *je mets le livre sur la table* » ou « *tu glisses tes jambes sous la couverture* ». En entendant les bons mots pour chaque action, l'enfant comprend la différence entre dessus et dessous, devant et derrière, etc. Nous allons ici vous montrer quelques moyens d'optimiser ce processus de compréhension qui lui sera très utile pour l'entrée en maternelle.



Matériel

- Une balle, un petit tapis, un jouet.



Acquisitions

- Tonus
- Orientation
- Mémorisation
- Vocabulaire



Déroulement de l'atelier

- Commencez par placer son ballon derrière le canapé sans lui montrer.
- Faites-lui comprendre que vous souhaitez attirer son attention sur un objet en particulier : « *As-tu vu le ballon ? Où se cache-t-il ?* »
- Poursuivez aussitôt : « *Je l'ai caché derrière le canapé.* » Attendez sa réaction, il identifie le canapé. S'il regarde à un autre endroit, parlez-lui : « *Non, il n'est pas sur le canapé, il est derrière. Tu le cherches ?* » Soyez encourageant. Lorsqu'il a trouvé, félicitez-le en répétant le vocabulaire de localisation : « *Bravo, tu as trouvé ! Le ballon était derrière le canapé.* »
- Avec vos mains, ou en utilisant le ballon par rapport au canapé, vous pouvez expliquer les mots : « *Tu vois, là c'est derrière, et là, c'est devant.* » Il intègre progressivement.
- Faites aussi cette activité en haut et en bas d'un escalier, sur et sous une table.
- Demandez-lui ensuite de placer des objets en indiquant la localisation : « *Veux-tu poser le ballon sur le canapé ?* » Tapotez avec votre main sur le canapé.
- L'étape suivante consistera à lui demander de poser le ballon sur la table et le dinosaure sous la table. S'il se trompe, expliquez en positionnant vous-même chaque objet au bon endroit.
- Par la suite, organisez avec lui les espaces où se trouvent ses affaires personnelles : portemanteau, placard à chaussures, coffre à jouets, bibliothèque, etc. Utilisez les bons mots à chaque fois : « *Tu accroches ton vêtement sur le portemanteau et tu poses tes chaussures sous ta chemise.* »

Je transvase les petites graines

Plonger ses doigts dans un bol rempli de lentilles, de grains de riz, de pois chiches va développer la sensorialité de votre enfant et lui donner envie d'aller plus loin : prendre dans la main, soupeser, transvaser, trier. C'est une excellente approche pour le rendre actif dans la découverte des matières, des couleurs, du rangement, et lui apprendre à être méthodique.



Matériel

- Des récipients, du riz sec, un petit plateau, des pois chiches secs, des marrons, des petites pâtes.



Acquisitions

- Toucher, motricité fine
- Sensorialité, vision
- Comportement instinctif
- Observation, autonomie, mémorisation



★ Déroulement de l'atelier

- Disposez devant lui un premier bol à moitié rempli de grains de riz. Laissez-le mettre la main dedans, découvrir la texture, la température, laisser les grains de riz couler le long de sa main.
- Posez ensuite devant lui un autre bol, rempli de marrons, et laissez-le encore les manipuler. Veillez à ce qu'il ne mette pas dans sa bouche, il doit comprendre qu'il s'agit là d'un jeu.
- Placez ensuite deux bols sur un plateau, pour délimiter l'espace de l'action, et mettez le plateau devant lui : le bol de gauche contient du riz ou des marrons, celui de droite est vide.
- Proposez-lui de transvaser d'un bol à l'autre, de la gauche vers la droite :
« *Tu essaies de mettre les marrons dans l'autre bol ?* »
Laissez-le comprendre par lui-même avant de lui montrer.
- Par la suite, mélangez à même la table des marrons et des pois chiches, et disposez deux bols vides devant lui. Prenez un marron pour le placer dans un bol, puis prenez un pois chiche et placez-le dans l'autre bol. Laissez-le comprendre le tri que vous attendez qu'il fasse.
- Quand il sera à l'aise avec le tri, vous pourrez jouer sur les couleurs, par exemple en lui proposant de trier riz blanc et riz complet.
- Vous pouvez aussi lui proposer de transvaser avec une cuiller ou une petite louche. Après deux ans et demi, il pourra le faire avec une pince.
- Montrez-lui aussi comment vous transvasez d'un récipient à un autre : doucement pour qu'il voie l'écoulement, transvasez dans un sens, puis dans l'autre pour qu'il vous voie le faire des deux mains. Laissez-le vous imiter, puis ramasser avec sa pince pouce-index les graines tombées à côté.

Les conseils du pédiatre

- Attention à bien ramasser toutes les graines pour ne pas qu'il les voie ensuite et les porte à sa bouche. Veillez, pendant toute l'activité, à ce qu'il ne porte rien à sa bouche et restez près de lui.
- N'allez pas trop vite, chaque étape a son rôle, il doit les intégrer l'une après l'autre (palper, prendre, enlever, jouer, remettre, trier, verser).

J'aime le parfum de maman

Déjà bébé, il sait reconnaître et détecter plusieurs odeurs, dont celles de sa mère. Il saura aussi se lécher les lèvres lorsqu'on passe sous son nez un coton-tige imbibé d'un parfum de vanille ou de banane. À l'inverse, il grimace s'il sent une mauvaise odeur. Avec le temps, il reconnaît les odeurs associées à sa famille. Dès l'âge de 24 mois, vous pouvez lui faire deviner les parfums, les odeurs qui l'environnent, car il y associe les mots. Il y aura le plaisir de la découverte, de la reconnaissance sous forme de jeu. Cette activité sensorielle est essentielle.



Matériel

- Un bandeau à mettre devant ses yeux, votre flacon de parfum, de la compote, de l'orange... des odeurs familières pour lui.



Acquisitions

- Olfaction, toucher
- Langage
- Mémorisation, développement psychoaffectif et cognitif



Déroulement de l'atelier

- S'il adhère, bandez-lui les yeux, en lui expliquant : « *On va faire un jeu, je vais te dire ce que tu vas sentir avec ton nez, ne bouge pas.* » L'objectif est qu'il se concentre pour imprimer davantage dans son cerveau l'odeur de chaque objet. C'est la phase de mémorisation de l'odeur et du nom. Faites-lui donc respirer des odeurs qu'il a souvent senties, par exemple des aliments qu'il mange au quotidien. Respectez un ordre qu'il connaît, par exemple l'ordre de son repas, et dites-lui à chaque fois de quoi il s'agit.
- Faites-le régulièrement, en respectant l'ordre, et en variant les objets : parfum, vinaigre, huile, savon, pain...
- Par la suite, faites-lui sentir trois objets différents sans le bandeau (par exemple le parfum de maman, l'après-rasage de papa et son savon habituel), puis passez-lui le bandeau et faites-lui sentir les mêmes produits en lui posant une question. Par exemple : « *Lequel est le parfum de maman ?* » Il prononcera probablement le mot qui correspond ou le plus proche : « *maman* », ou « *papa* » ou « *bébé* » pour le savon.
- Plus tard, vous pouvez lui proposer directement de lui bander les yeux, sans lui montrer ce qu'il va sentir. Ne lui mettez alors qu'un seul objet sous les narines pour le laisser trouver tout seul. C'est la phase de reconnaissance.

Je cache et je retrouve

Votre enfant aime par-dessus tout cacher, chercher, trouver, deviner. Vous allez ici lui proposer une activité qui allie tout cela et qui développera chez lui le goût de la surprise, de l'imagination.



Matériel

- Une petite caisse en carton peu profonde, des particules de calage

qui ressemblent à des chips, quelques petits objets de votre enfant.



Acquisitions

- Motricité fine
- Observation, mémorisation

- Développement cognitif
- Langage



Déroulement de l'atelier

- Remplissez la caisse à moitié, voire davantage, de particules de calage. Sans le lui dire, cachez-y un de ses objets.
- Installez-vous avec lui devant la petite caisse, il va spontanément vouloir y fourrer ses doigts car la matière lui plaît. Laissez-le découvrir la matière.
- Ses mains vont buter sur quelque chose de plus solide. Détectez son étonnement et demandez-lui : *« Tu as senti quelque chose ? »*
C'est l'étape essentielle de « conceptualisation » : vous n'avez rien dit, il va par le toucher deviner de quel objet il s'agit avant de le saisir plus habilement pour le faire émerger du fond des particules de calage.
- Il fait ensuite sortir l'objet : c'est la phase d'étonnement, de découverte, de surprise, son cerveau confirme ou non ce qu'il avait « palpé ». C'est la phase, de mémorisation, donc de prise de confiance.
- Plus tard, demandez-lui d'essayer de nommer l'objet avant de le sortir, cela enrichira son langage. Cette phase est importante.
- Vous pourrez par la suite cacher plusieurs objets, le plaisir de la découverte sera à chaque fois présent. De lui-même ensuite, il s'amusera à cacher des objets et ce sera alors à vous de deviner ce qu'il y a mis ; c'est la phase de partage, de socialisation.



Les poupées russes, j'adore

La poupée russe, connue aussi sous le nom de poupée gigogne, symbolise la fertilité et la famille en Russie. Actuellement utilisée comme décoration, elle a toujours été un jouet pour les enfants. Elle est idéale pour la représentation des membres de la famille, mais aussi pour emboîter visser, imbriquer, apprécier les tailles, compter.



Matériel

- Un ensemble de poupées russes, en général vendues par lots de 5. Privilégiez des matriochkas traditionnelles classiques.

Au début, l'idéal est d'avoir des poupées russes toutes identiques pour travailler la discrimination des tailles.



Acquisitions

- Motricité fine
- Langage, compréhension des nombres
- Mémorisation, observation, autonomie
- Reconnaissance des suites



Déroulement de l'atelier

- La première fois, posez 2 poupées russes devant votre enfant, l'une à côté de l'autre. N'ouvrez que la plus petite, et posez les deux parties l'une à côté de l'autre. Laissez-le observer. Les portraits dessinés sur ces matriochkas, en particulier avec des couleurs vives, vont lui plaire et l'intriguer. Il va probablement saisir la plus petite, déjà ouverte, plus facile à saisir avec ses petites mains. Il soupèse, observe, fait se toucher les deux moitiés, va peut-être ébaucher une tentative d'emboîtement. Surtout, laissez-lui procéder à cette étape de découverte par lui-même.
- Ensuite, emboîtez les deux moitiés, en décrivant précisément ce que vous faites.
- Reposez la poupée russe ainsi reconstituée et laissez-le la saisir et chercher à l'ouvrir. Conseillez-le si besoin : « *Tu tournes avec les mains.* »
- Une fois qu'il aura compris le geste, il va s'atteler à défaire l'autre poupée. Il lui faudra ensuite les réassembler et trouver la correspondance pour la taille ; là encore, laissez-le observer, essayer, se tromper, réessayer. Intervenez seulement si vous sentez qu'il se lasse ou s'énerve.
- Une fois qu'il aura compris, vous pourrez progressivement installer devant lui la totalité des matriochkas. Vous pourrez également lui proposer de les aligner devant lui de la plus petite à la plus grande, puis de les dénombrer.

Je dessine ma main

À partir de 30 mois, la coordination entre l'œil et la main de votre enfant progresse nettement. De plus, il contrôle mieux la tenue du crayon, il peut le soulever, le placer au bon endroit et commencer à faire des cercles, il peut recopier une ligne horizontale. Il produit selon son instinct et ce qu'il dessine ne ressemble pas forcément à quelque chose, mais dans son imagination oui : il retrouve dans les traits ce à quoi il pense, on parle de réalisme fortuit.



Matériel

- Un crayon, une feuille de papier.



Acquisitions

- Motricité fine
- Confiance en soi, autonomie
- Mémorisation
- Langage, compréhension des nombres



Déroulement de l'atelier

- Commencez par poser votre main à plat sur une feuille et demandez-lui de faire pareil.
- Avec l'autre main, saisissez un crayon. Votre enfant fait pareil, il stabilise le crayon entre le pouce et l'index.
- Positionnez le crayon droit sur le papier à la base de votre pouce et commencez à suivre le contour du pouce, puis de l'index, puis des trois autres doigts.
- Si votre enfant veut tout de suite s'y mettre avant que vous n'ayez fini, laissez-le faire : ce qui compte, c'est sa réaction comportementale. Les débuts seront chaotiques, ce n'est pas grave, l'important est qu'il commence déjà par suivre un doigt. Il prendra peu à peu de l'assurance.
- N'oubliez pas qu'il n'a qu'une main pour faire cette action, l'autre doit rester immobile, c'est tout l'intérêt de cette activité : maîtrise des mouvements, concentration.
- Une fois que la main qu'il dessine commence à être entière, nommez chaque doigt : « Ceci est ton pouce, ceci est ton index... » Comparez chaque doigt dessiné au doigt correspondant en désignant vos propres doigts.
- De même, vous pourrez compter les doigts avec votre enfant, en commençant toujours par le pouce.

Ça y est, je découpe

Dès 24 mois, l'enfant est attiré par les ciseaux, il y a comme une fascination pour cet objet. Vous pouvez lui apprendre à positionner ses doigts, à couper en deux une languette de papier. Apprendre à se servir de ciseaux va l'aider à mieux tenir le crayon, en développant les muscles de sa main dominante.



Matériel

- Une feuille de papier simple au début, un peu de pâte à modeler, une paire

de ciseaux à bouts ronds, en plastique, d'une taille adaptée à sa main.



Acquisitions

- Motricité fine
- Coordination, comportement instinctif
- Toucher
- Observation



Déroulement de l'atelier

- Commencez par lui montrer comment tenir les ciseaux avec les bons doigts (pouce et index en général). Faites-lui maîtriser une action simple, par exemple de couper un ruban tendu devant lui.
- Démarrez avec de simples bandelettes de papier que vous aurez préalablement coupées. Montrez-lui comment couper la languette en deux, ce qui donne un résultat immédiat : 2 morceaux.
- Il peut aussi s'entraîner avec une fine lame de pâte à modeler.
- Par la suite, montrez-lui comment créer une entaille perpendiculaire sur une feuille de papier. Tendez devant lui une simple feuille, pour qu'il cherche lui aussi à faire une entaille. Laissez-le s'y prendre à plusieurs reprises. S'il s'impatiente, montrez-lui comment bien tenir les ciseaux et comment attaquer la feuille avec ceux-ci bien ouverts, de manière à bien placer le bord de la feuille dans la gorge.
- En prenant de l'assurance, il va ensuite couper tout en tenant lui-même la feuille de papier avec l'autre main.
- Une fois la tenue avec les bons doigts et le geste fermeture-ouverture acquis, vous pourrez lui proposer de faire des franges-entailles au bord de la feuille.
- C'est vers 3 ans qu'il va commencer à couper plus profondément dans la feuille. Laissez-lui le temps de s'amuser. Ce n'est que vers 4 ans qu'il commencera à faire des formes rondes, plus droites. Vers 5 ans, il pourra couper des angles droits.

Mon premier collage

Chaque enfant aime les collages. Son esprit créatif est stimulé, il sera fier de vous montrer un résultat fini que l'on peut conserver.



Matériel

- Privilégiez une colle liquide 100 % bio faite maison¹⁴, par exemple à base de farine. Elle ne sera pas toxique si votre enfant la met à la bouche ou en étale sur sa peau. Si votre enfant est allergique au gluten, usez d'une colle à base de farine de riz¹⁵.
- Un petit pinceau, un support pour poser le pinceau, des papiers à coller, des feuilles d'arbres, des plumes d'oiseaux ou des étiquettes récupérées sur des boîtes, une feuille de papier couleur qui servira de support, un chiffon.



Acquisitions

- Motricité fine
- Esprit créatif, comportement instinctif
- Vocabulaire, observation
- Autonomie



Déroulement de l'atelier

- Quand il ne sait pas encore se servir de ciseaux, regroupez avec lui des feuilles, des brins d'herbe ou des plumes d'oiseaux ramassées à terre lors de vos promenades. Avec lui, mettez-les dans un petit classeur transparent pour qu'il les voie bien. C'est la phase de collection.
- Lors de l'atelier, disposez-les devant lui, montrez-lui une seule fois comment appliquer la colle au dos de la feuille d'arbre ou de la plume, et collez sur une feuille support.
- Laissez-le faire ensuite, ne le guidez pas. Il va faire fonctionner son imagination, voudra vous imiter, s'en mettra plein les doigts, se retrouvera avec la feuille collée à la paume de sa main, ne saura pas comment la prendre au début, etc.
- À chaque phase, expliquez-lui : « Tu tiens la feuille d'arbre sur le côté pour ne pas mettre la colle sur ta main. » Il intègre, il colle, il compose.
- Par la suite, quand il saura se servir de ciseaux, il découpera des photos dans une revue ou des dessins d'animaux et s'amusera à reconstituer une ferme.

14. https://www.passerelleco.info/article.php?id_article=285

15. <https://www.consommerdurable.com/2012/01/les-colles-naturelles-a-cuisiner-chez-soi-farine-lait-riz/>

C'est mon corps

Votre enfant s'est familiarisé avec son corps, il sait qu'il a une tête, des bras, des jambes, vous allez ici l'aider à mettre de l'ordre dans son anatomie et à utiliser les bonnes dénominations.



Matériel

- Une grande feuille de papier (paperboard) de sa taille,

un feutre bleu, un feutre vert ou des gommettes.



Acquisitions

- Motricité fine
- Langage, vocabulaire

- Comportement instinctif
- Mémorisation, observation



Déroulement de l'atelier

- Il est debout contre le papier fixé au mur ou à la porte à partir du sol (maintenu avec de la pâte adhésive par exemple). Expliquez-lui que vous allez tracer les contours de son corps (tête, cou, épaules, bras légèrement écartés, thorax, abdomen, jambes, pieds) sur le papier. Utilisez le feutre bleu. À chaque étape, décrivez ce que vous faites : « Là, je dessine ta tête. Maintenant, c'est ton cou. »
- Une fois le contour terminé, il se retourne et comprend : vous avez projeté son corps sur le papier. « Tu as vu, c'est toi qui es dessiné, c'est... » et vous prononcez son prénom.
- Comme son attention est retenue, expliquez-lui à nouveau : « C'est ta tête. » De même, avec chaque partie

de son corps : épaule, bras, jambe, etc. Rapidement, il va se prendre au jeu et c'est lui qui prononce avec son vocabulaire.

- Enrichissez alors celui-ci : « Ceci est ta jambe gauche. » C'est plus compliqué car la gauche ne correspond pas à celle qui est projetée, prenez votre temps. Laissez-le découvrir, s'amuser, se remettre devant le dessin et chercher à se retourner pour comparer, étape importante car tout ce qui se rattache à son corps lui importe.
- Pour l'étape suivante, donnez-lui le feutre vert et demandez-lui de rajouter certaines parties : « Tu mets les yeux ? Tu dessines tes oreilles et ta bouche ? » Vous pouvez aussi le faire avec des gommettes qu'il placera aux bons endroits.

Le conseil du pédiatre

- Profitez-en pour prononcer les qualificatifs : haut, bas, gauche, droite.

Je coupe le fruit

Votre enfant vous voit faire depuis un moment, tous les ustensiles de cuisine sont magiques, leurs formes varient ; il vous voit les manipuler, tourner, verser, faire du bruit avec la casserole, couper, éplucher... Déjà, plus petit, vous lui avez mis dans la main cuiller, bol et couvercles comme nous l'avons vu. Désormais, ce sera le tour du couteau pour commencer à couper puis, par la suite, étaler le beurre.



Matériel

- Une pomme épluchée, un couteau adapté pour sa main et à bout rond (modèle de petit chef avec manche

court et anneau pour placer l'index) ;
par la suite, un couteau à beurre ;
une planche à découper.



Acquisitions

- Motricité fine
- Toucher

- Coordination vision-main
- Socialisation, estime de soi



Quand ?

- Dès 18 mois, il s'est familiarisé avec la tenue d'un coupe-légumes à lame ondulée avec les deux mains posées

au-dessus de la lame. Désormais, allons plus loin.



Où ?

- Assis à la table ou debout à la bonne hauteur, il vous aide à préparer le repas.



Comment ?

- Sur une planche à découper posée devant lui pour bien délimiter son espace d'intervention. Il n'y a pas de danger si vous lui montrez en lui

expliquant ce qu'il ne faut pas faire. Il aura plus de vigilance que vous ne pensez.

★ Déroulement de l'atelier

- Commencez par poser le quartier de pomme devant lui : « *Tu le coupes en deux avec le couteau ?* » Il va naturellement saisir le couteau. Montrez-lui comment bien tenir celui-ci d'une main, avec le pouce posé sur le manche et l'index ou un autre doigt engagé dans l'anneau. La seconde main l'aide au début pour stabiliser et maîtriser sa force.
- Il se peut aussi qu'il préfère saisir le couteau dans le creux du poing fermé, laissez-le faire. Ce qui compte, c'est qu'il comprenne l'objectif et qu'il prenne confiance : couper en deux, puis encore en deux pour faire des morceaux encore plus petits.
- Intervenez à bon escient, quand il le faut, laissez-le d'abord découvrir, chercher la meilleure prise ; s'il n'y arrive pas bien, c'est à vous de lui montrer.
- Avec le temps, la maîtrise vient. Par la suite, vous pourrez lui montrer comment fonctionne un pèle-pomme ou un économe ; ainsi, il pourra faire toute la chaîne : rincer, peler, couper, mettre les morceaux dans un bol et les épiluchures dans un autre.



Les conseils du pédiatre

- Dites-lui pourquoi il doit faire attention lors de certaines étapes. Lui apprendre à se servir d'un couteau au calme, avec un objectif évitera les accidents ultérieurs.
- Veillez à respecter la main dominante s'il est droitier ou gaucher.

Je prononce la vache, le mouton

Le langage de votre enfant explose, le nombre de mots ne cesse d'augmenter, vous allez en profiter pour associer des images pour lui montrer des catégories de toutes sortes. L'objectif est de lui faire associer une image avec le mot qui la décrit.



Matériel

- Des images plastifiées assez grandes par catégories : véhicules, animaux, légumes, fruits. L'idée est d'avoir 3 images par « sujet » : une image

seule, une avec le nom écrit, une avec l'image et le nom à la fois. Vous pouvez les fabriquer vous-même ou les acheter.



Acquisitions

- Fonctions cognitives, communication
- Accrochage des yeux
- Phonétique, vocabulaire, langage
- Mémorisation, observation



Déroulement de l'atelier

- Commencez par disposer sur la table l'image de l'abeille : « Ceci est l'abeille. » Montrez-lui avec le doigt, décrivez-lui l'abeille, ce qu'elle fait : elle vole, elle fait du miel. Il s'exprime, répète, touche du doigt, veut déjà passer à l'image suivante.
- Posez alors à côté, sur la droite, l'image comportant seulement le mot ABEILLE écrit. Lisez et prononcez en suivant du doigt de la gauche vers la droite : A-BEI-LLE. Il va répéter, il va faire le lien entre l'image et l'animal puis va intégrer que le mot écrit concerne l'animal. Cela lui servira pour plus tard : association description et écriture.
- Puis, ajoutez la troisième image qui comporte à la fois l'image de l'abeille et son nom écrit. Reprenez : « Tu vois, c'est écrit, l'A-BEI-LLE. Tu la reconnais ? Tu me la montres ? » Lors d'une autre séance, faites le même exercice avec les fruits, les véhicules, etc.
- Plus tard, mélangez les cartes (2 animaux au début) et demandez-lui d'associer l'animal avec celle où seul le mot est écrit (il a les 3 sous les yeux, mais mélangées à d'autres animaux). Plus tard encore, mélangez les catégories et demandez-lui de les reclasser (véhicules avec véhicules, etc.).

Fini, les areuh !

Vous l'avez remarqué, votre enfant fait de constants progrès dans le langage, l'acquisition des mots, il fait des bouts de phrases, peut-être même se débrouille-t-il déjà très bien. Il reconnaît le nom de pas mal d'objets ou de jouets, les prononce, vous allez en profiter pour le faire travailler sur la syllabe initiale, bonne entrée en matière pour l'apprentissage de la lecture et de l'écriture. C'est la charte des sons.



Matériel

- Des objets, des jeux qui lui sont familiers : pomme, foulard, voiture, etc.



Acquisitions

- Espace de vision
- Accrochage des yeux
- Phonétique, vocabulaire, langage
- Mémorisation



Déroulement de l'atelier

- Rassemblez sur une table, devant votre enfant quelques objets qu'il identifie parfaitement, par exemple : chapeau, pomme, foulard, voiture, carte. Au centre, disposez un support, par exemple une boîte vide renversée. Sur ce support, posez l'un des objets, par exemple la voiture : *« J'ai posé quelque chose sur la serviette qui commence par « veuh » . Qu'est-ce que c'est ? »*
- Il regarde intrigué, il sait parfaitement que l'objet est une voiture. Dans la foulée, prononcez phonétiquement la première syllabe du mot. Ici « veuh ». Dans sa tête, il pense voiture, et dans l'analyse de ce que vous dites, il entend « veuh ». Avec le temps, il va associer cette phonétique avec « voi » de voiture.
- Rapidement, il dit « voiture ». Confirmez : *« Oui, "veuh" comme voiture. »* Faites de même avec « vêtement », « visage », « vélo », etc.
- Procédez ainsi pour foulard avec « feu », pour ananas avec « aah ». Avec le temps et la répétition, le son s'intègre et l'association se fera.
- Ensuite, quand vous le sentez attentif, posez quelques objets et demandez-lui : *« Je vois un objet sur la table qui commence par « keu », c'est quoi ? »* Il va trouver la carte. Par la suite, vous pourrez le faire dans n'importe quel lieu dès lors qu'un objet est bien visible.
- Prenez quelques semaines pour le préparer à chaque son, pour trouver le mot qui commence par celui-ci ; ainsi, il sera prêt pour entrer dans le monde des syllabes.

Je suis du doigt et je baragouine

Vous allez le familiariser avec les lettres rugueuses¹⁶. Certains enfants apprécient déjà à 2 ans et demi de mémoriser ces correspondances qui les font entrer dans la lecture, l'écriture. Les sons qu'ils produisent étant presque infinis, vous accompagnez dans la découverte des phonèmes, des graphèmes et des lettres¹⁷.



Matériel

- Des feuilles de papier de verre (grain le plus fin), des feuilles de carton rigide pour le support *bleu (pour les voyelles) et rose (pour les consonnes)*, pinceau large, colle, ciseaux. Mais vous pouvez aussi acheter un coffret tout prêt¹⁸.



Acquisitions

- Toucher
- Motricité fine

- Phonétique, vocabulaire, langage
- Mémorisation, observation



Déroulement de l'atelier

- Votre enfant va aimer découvrir le son en touchant avec son doigt. Remplissez un panier d'objets bien identifiés par lui (peigne, brosse, voiture, banane, balle, etc.) Faites en sorte d'avoir autant d'objets que de lettres de l'alphabet. Au début, ne mettez que quelques objets pour ne pas l'embrouiller.
- Prenez un objet qui commence par la lettre « a », par exemple « abricot ». Disposez devant lui la lettre rugueuse « a » et dites : « Voici la lettre qui fait le son « aah », et avec votre index et votre majeur, parcourez dans le bon sens la totalité de la lettre, de manière lente, en disant : « aah ».
- Laissez-lui le temps de faire seul, de suivre avec le bout de son doigt, de dire lui-même : « aah comme abricot ». Puis, faites de même avec les autres lettres : « beu » pour la lettre « b » et l'objet « bateau ».
- Vous pourrez plus tard, tracer les lettres vous-même dans le sable étalé au fond d'une assiette.

16. <https://www.editions-hatier.fr/coin-pedago-la-pedagogie-montessori>

17. http://ww2.ac-poitiers.fr/dsden16-pedagogie/IMG/pdf/graphemes_phonemes_def_liste_frequence.pdf

18. <https://www.editions-hatier.fr/livre/le-coffret-montessori-des-lettres-rugueuses-de-balthazar-pedagogie-montessori-9782218981180>

Maintenant, je pédale

Votre enfant peut être susceptible de se servir des pédales déjà un peu avant 3 ans. Là encore, tout dépend de la confiance qu'il a et ce par quoi il a commencé auparavant : tricycle ou draisienne (voir la fiche n° 88, p. 144). Avec une draisienne, comme nous l'avons vu, il aura appris à prendre de la vitesse en poussant avec les deux jambes en même temps et, tout en avançant, il posera les pieds sur la plate-forme centrale. Il est alors prêt à passer peu à peu au pédalage, ce que nous allons voir ici.



Matériel

- Un petit vélo adapté à sa taille, avec une selle la plus basse possible et ajustable. L'idéal est la draisienne évolutive (taille ajustable) dont il a

appris à se servir. Pour certaines, il est possible d'installer plus tard des pédales. Port du casque, de gants et de genouillères. Chaussures adaptées.



Acquisitions

- Tonus musculaire
- Coordination, équilibre, orientation

- Prise de confiance, autonomie



Quand ?

- S'il n'est pas prêt, n'insistez pas, il risquerait alors de se mettre en situation d'échec en tombant et il perdrait alors confiance. Une fois qu'il a trouvé son équilibre quand il prend de la vitesse avec sa draisienne et qu'il négocie les virages en se penchant du bon côté, proposez-lui d'essayer les pédales, mais sans brûler les étapes : on considère qu'un enfant sait pédaler à partir de 3 ans.



Où ?

- Un terrain plat, sans gravier.

Déroulement de l'atelier

- S'il sait déjà avancer avec sa draisienne, il prend de la vitesse et s'amuse à poursuivre sa cinétique en relevant les pieds, en les posant sur la plate-forme.
- Pour apprendre le mouvement de pédalage, installez-le sur son petit vélo avec pédales. Placez-vous derrière lui et soulevez légèrement la roue arrière, tout en stabilisant bien l'ensemble vélo-enfant. Et en faisant du sur-place, il apprend le mouvement : la roue arrière va tourner dans le vide, il comprend le principe. Ne faites tout ceci que s'il semble adhérer.
- Pédalez avec votre vélo juste à côté de lui. Il vous voit faire déjà depuis un moment, il est en confiance. Il avance avec sa draisienne munie de pédales ou avec son petit vélo, il pousse avec les pieds à terre.

Comment ?

- Il doit pouvoir poser ses pieds bien à plat s'il est à l'arrêt.
- Certains enfants vont spontanément poser les pieds sur les pédales jusqu'à ce que la vitesse diminue. Ils savent alors qu'ils doivent reprendre de la vitesse pour que le vélo ne tombe pas sur le côté.
- À un moment donné, en étant à vos côtés, chacun sur son vélo, il fera de lui-même et ne poussera plus avec ses jambes à terre, mais il se mettra à pédaler. Il le fera un jour spontanément, quand il sera prêt. Faites-lui confiance, son cerveau et son oreille interne vont faire le reste spontanément.

Les conseils du pédiatre

- L'idéal est de passer alternativement de la draisienne au vélo avec pédales si vous sentez qu'il est curieux, en lui proposant l'une et l'autre. Il doit pouvoir choisir, car il ne doit pas perdre la confiance qu'il avait avec la draisienne si les pédales ne lui inspirent pas confiance.
- Évitez les barres d'apprentissage (le vélo de votre enfant est attaché derrière le vôtre et maintenu en équilibre) : c'est une étape passive qui peut retarder la maîtrise de son propre équilibre.
- Enfin, évitez les petites roues, votre enfant n'apprendra pas correctement la notion d'équilibre.

Je deviens un pro du ballon

Entre 2 et 3 ans, un enfant sait attraper un gros ballon (avec ses bras, son torse) que vous lui lancez doucement de près. Il sait aussi shooter dans ce même ballon avec l'un ou l'autre pied, sans tomber.



Matériel

- Un ballon qu'il peut bien saisir avec deux mains, pas trop lourd, des quilles (ou des bouteilles en plastique).



Acquisitions

- Coordination des yeux, des mains, coordination yeux-mains
- Équilibre, motricité globale
- Détection des mouvements, réflexes
- Socialisation



Déroulement de l'atelier

- Disposez une quille (ou une bouteille en plastique) à un mètre de lui et demandez-lui de donner un coup de pied (sans bouger) dans le ballon pour faire tomber la quille. Si besoin, montrez-lui comment faire. « *Tu as fait tomber la quille, bravo ! Tu la remets debout, c'est mon tour !* » Ainsi, par le jeu, il améliore son adresse et apprend à patienter en réinstallant la quille pour le suivant.
- Une fois qu'il aura compris, augmentez le nombre de quilles (ou de bouteilles en plastique).
- Puis, éloignez davantage les quilles en matérialisant une ligne à terre qu'il ne doit pas dépasser.
- Remplissez progressivement les bouteilles avec de l'eau et rendez ainsi le jeu plus difficile : il devra donner davantage de vitesse à la balle et donc shooter plus fort. Il vise, il dose sa force, et apprend à rester sur une jambe quelques instants, le temps de shooter.

Le conseil du pédiatre

- N'utilisez pas de ballon en mousse, car des morceaux pourraient s'en décrocher et il pourrait s'étouffer.

J'enfile des perles

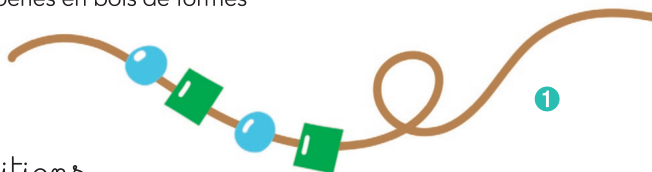
Enfiler des « perles » autour d'un support est une activité très évolutive, puisque vous pourrez la complexifier avec le temps : support en bois au début (baguettes chinoises par exemple), pour finir avec un cordon où il pourra alterner les couleurs, les formes des objets selon son inventivité et son désir créatif.



Matériel

- Baguette chinoise, tige ronde en bois, anneaux pour tringles à rideaux en bois, perles en bois de formes

et couleurs diverses, ruban adhésif, cordon.



Acquisitions

- Motricité fine
- Toucher
- Mémorisation, inventivité

- Coordination des yeux, des mains, coordination yeux-mains



Déroulement de l'atelier

- Commencez par lui montrer dès l'âge de 2 ans comment enfiler les anneaux de rideau l'un après l'autre avec une main, l'autre tenant la tige en bois. Il se sert de la coordination de ses mains pour maîtriser la tenue de la tige afin qu'elle ne tombe pas au fur et à mesure que les anneaux sont enfilés.
- Une fois cette « action » maîtrisée, passez aux perles de bois à enfiler sur un cordon, dont vous rigidifierez le bout (sur 3 ou 4 cm) pour qu'il arrive à bien l'engager puis à le faire ressortir par l'autre côté pour le saisir et le tirer. Pouvoir enfiler un certain nombre de perles en bois et les

maintenir toutes avec une seule main va lui procurer un plaisir nouveau.

- Ensuite, il s'agit de les retirer : laissez-le faire. Soit il prend le fil d'un côté et les laisse tomber. Soit il les enlève une à une à la main, c'est lui qui décide. Enfin, remplacez ensemble les perles dans la boîte.
- S'il veut continuer, laissez-le faire seul mais vous pouvez intervenir pour lui montrer comment intercaler une perle ronde avec une perle carrée, une perle verte avec une perle bleue, etc ①. Plus tard encore, utilisez des perles plus petites et un cordon plus fin. Ce sera alors l'étape du collier, les nœuds apparaîtront.

Satanés boutons !

Il sait monter ou descendre une fermeture Éclair si celle-ci est enclenchée, il sait ôter son pyjama, ses chaussures, il commence à savoir déboutonner de gros boutons, il arrive à mettre certains vêtements amples. Désormais, vous allez l'accompagner dans la fermeture de boutons et lui faire prendre l'habitude de ranger ses vêtements au bon endroit, cela lui sera utile à l'école.



Matériel

- Gilet ou manteau avec boutons ronds assez gros.



Acquisitions

- Motricité fine
- Observation, mémorisation
- Équilibre
- Prise de confiance



Déroulement de l'atelier

- Commencez par installer son vêtement (gilet avec boutons, manteau léger) sur un cintre, le tout accroché devant lui à sa hauteur. Proposez-lui de passer chaque bouton dans la fente correspondante.
- Montrez-lui comment continuer. Ses doigts apprennent à se coordonner, une main pour saisir la boutonnière et l'ouvrir un peu, l'autre pour y glisser le bouton. Cette première étape lui permet de comprendre qu'il faut commencer par une extrémité pour que la correspondance soit la bonne.
- Ensuite, posez ce même vêtement à terre. Votre enfant se met à quatre pattes, les genoux vers l'encolure. Il surplombe donc le vêtement et le voit dans le bon sens comme lorsqu'il l'aura enfilé. « *Tu fermes les boutons en commençant par le*

haut ? » Il prend confiance, ses doigts deviennent plus agiles et il va ainsi du haut vers le bas.

- Une fois cette étape bien comprise, demandez-lui de faire de même avec le vêtement enfilé sur lui. Ne dites rien, laissez-le retrouver les gestes de l'étape précédente. Il va se pencher en avant pour voir, sera gêné car le vêtement se penchera aussi... Il doit alors apprendre à maintenir le pan du vêtement pour bien voir et le bouton et la boutonnière. Accompagnez-le, ne le laissez pas s'énerver, félicitez-le.
- L'habillage est une étape essentielle. Votre enfant ne doit pas sentir que vous êtes pressé(e) car l'heure tourne. Favorisez des séances de déguisement, il pourra mieux développer ses habiletés, faire des boucles, des nœuds.

Je joue aux dominos

Le jeu de dominos revêt toutes sortes de configurations. L'intérêt est ici de faire réfléchir l'enfant sur la concordance des images, la manipulation, l'alignement et peu à peu les nombres.



Matériel

- Un jeu de dominos en carton (que vous pouvez très bien construire vous-même avec des autocollants) adapté pour son âge : pour démarrer, le mieux est d'utiliser un jeu avec des représentations d'animaux ou de légumes. Par la suite, vous pourrez utiliser des dominos où le nombre d'animaux ou de légumes ou de figures est différent par image.



Acquisitions

- Phonétique, vocabulaire, grammaire
- Socialisation
- Mémorisation, observation
- Compréhension des nombres



Déroulement de l'atelier

- Disposez les dominos sur la table, tous bien visibles. Prenez le premier (par exemple, un domino représentant d'un côté une fraise et de l'autre une banane) et demandez-lui : « Tu trouves un autre domino où il y a une fraise ou une banane ? » Il cherche, prononce le mot banane en montrant le fruit, et cherche encore. Il trouve, expliquez-lui alors la règle : « Tu poses la banane contre la banane. » S'il le faut, montrez-lui comment faire. « Bravo ! Maintenant, c'est mon tour. »
- Une fois cette phase bien acquise, passez aux dominos qui représentent des légumes, des animaux ou des

fruits par nombre : « Tu cherches le domino où il y a 2 bananes pour que ce soit pareil ? » Excellente façon de compter avec lui en montrant du doigt : « Là, je compte 1, 2, 3 bananes. » Le jeu fait entrer la notion de « comptage » et donc de chiffre.

- Il existe aussi des dominos où la correspondance est axée sur le chiffre et non l'image : par exemple le chiffre 2 qu'il faut reconnaître et donc trouver une image correspondante où il y a 2 animaux ou 2 fruits. Ainsi, l'enfant comprend que le nombre ne dépend pas de l'image (2 peut représenter 2 cochons ou 2 vaches).

Je dessine ma maison

Apprendre à représenter une maison est une étape essentielle dans sa construction, il y mettra toute sa charge affective. Entre 2 et 3 ans, il aura tendance à faire une maison qui suivra les bords de la page, sur lesquels il prend appui. La maison n'a pas encore vraiment de forme. L'important est la représentation qu'il s'en fait, un toit, une ou plusieurs fenêtres, un soleil, la sécurité que cela représente. Même s'il habite un immeuble, il dessinera une maison, espace mythique sur lequel il projette aussi ses questionnements.



Matériel

- Feuille de papier blanc, des feutres de couleurs différentes.



Acquisitions

- Motricité fine
- Habiletés motrices et cognitives
- Observation, imagination
- Phonétique, vocabulaire



Déroulement de l'atelier

- Suggérez à votre enfant de dessiner sa maison, de manière à cadrer et orienter le dessin. Laissez-le faire seul. Il sait depuis peu lever le feutre noir, sa tendance est à faire des ronds. Demandez-lui d'ajouter une fenêtre dans le rond, n'intervenez pas. C'est lui qui vous dira qu'il a fini. Complimentez-le, demandez-lui de vous décrire les différentes parties.
- L'étape suivante consiste à lui faire dessiner un rectangle. Dessinez-en un vous-même : « Ça, c'est un rectangle, c'est le début de la maison. Il manque quelque chose ? » Il va vous répondre : « une cheminée », « une fenêtre », « Papa ». Il entre dans le jeu.
- Pour ce faire, matérialisez 4 points au feutre sur la feuille, correspondant aux 4 coins du rectangle et proposez-lui de les relier l'un à l'autre. Commencez par un petit rectangle. Une fois cette étape acquise, la suite sera plus facile : porte, fenêtre. Au début, les proportions ne sont pas respectées, les lignes ne sont pas droites ; cela n'a pas d'importance. Vous ferez de même pour le toit, la porte, les fenêtres avec d'autres couleurs.
- Si son attention se maintient, montrez-lui un dessin de maison pris dans une revue pour enfant ou que vous avez tracé vous-même : « Tu essaies de faire la même maison ? » L'exercice est de taille, car il doit apprendre à bien tenir le feutre, à lever au bon endroit, à tracer à peu près droit, ce qui stimule la coordination yeux-main.

Je fais rouler

Faire rouler un objet fascine grands et petits. Votre enfant a déjà l'habitude de se servir d'une petite voiture ou d'une balle. Vous allez ici lui proposer de maîtriser le mouvement de l'objet en jouant sur la vitesse et sur l'orientation dans l'espace.



Matériel

- Une petite voiture qui roule bien, deux petites bouteilles en plastique vides de 25 cl.



Acquisitions

- Habiletés motrices
- Coordination yeux-bras-main



Déroulement de l'atelier

- Placez-vous tous deux à quatre pattes, face à face. Demandez-lui de vous envoyer la petite voiture en lui donnant de la vitesse, et en la lâchant. Si besoin, montrez-lui. L'objectif est qu'il apprenne à donner de la vitesse avec le bras (et son corps au début), puis à coordonner le lâchage de la main pour laisser la voiture rouler vers vous.
- Réceptionnez la voiture : « *Merci, tu as bien envoyé la voiture. Tu es prêt, je vais te l'envoyer à mon tour* ». Exécutez le geste et faites ainsi quelques allers et retours. Pensez à vous éloigner progressivement, de



- Socialisation
- Raisonnement spatial

sorte qu'il apprenne à adapter la force et la direction.

- Pour l'étape suivante, disposez deux petites bouteilles en plastique à mi-chemin entre vous deux : l'objectif est de faire passer la voiture ainsi lancée sans faire tomber l'une d'elles. N'hésitez pas à rapprocher les bouteilles l'une de l'autre, à ajouter un petit tunnel ou à augmenter la taille et le poids de la voiture.
- Votre enfant va vite progresser, il voudra tester davantage : matérialisez une zone d'arrivée avec une feuille A4. L'objectif sera de faire arriver la voiture sur la feuille, comme au golf.

Le conseil du pédiatre

- En vous envoyant SA voiture, il apprend à partager, à donner. Vous êtes dans l'échange, aussi, pensez à le remercier tout en le félicitant.

Je jardine

Les activités de jardinage sont nombreuses, évolutives et permettent à l'enfant de faire le lien entre dedans et dehors, entre le légume qu'il mange et celui qui pousse, entre boire et arroser la plante, etc. De plus, les enfants aiment manipuler l'eau, la terre, et observer.



Matériel

- Graines de laitue ou de haricots (ces plantes poussent vite), une petite pelle, un petit râteau, un arrosoir en plastique, de l'eau, de la terre.



Acquisitions

- Toucher, olfaction
- Agilités motrices
- Observation, communication
- Structuration temporelle



Déroulement de l'atelier

- Tout d'abord, vous lui expliquez à quoi sert le matériel et qu'il va planter des haricots, une salade, une carotte : montrez-lui le légume correspondant. Vous pouvez vous aider d'un livre qui montre les différentes étapes d'une plante.
- Une fois le lieu choisi avec lui, posez le bol contenant les graines et demandez-lui de faire un trou avec sa petite pelle : « *Tu fais comme moi, tu enlèves la terre et tu la poses à côté.* » Montrez-lui de sorte qu'il enlève ce qu'il faut. « *Tu prends une seule graine et tu la poses au fond ?* » C'est une activité qui va lui plaire, car il y a la part manuelle et la part « imaginative », cette graine est comme un trésor.
- « *Tu refermes le trou avec la terre ?* » La notion d'enfouissement plaît à l'enfant. Il montre, pose des questions, fait des affirmations, il est dans le lien.
- La phase suivante consiste à passer le petit râteau pour réguler la terre. Il s'y essaie, prend de l'assurance : « *Bravo ! Et maintenant, tu vas chercher de l'eau avec ton arrosoir et on va donner à boire à la petite graine pour qu'elle grandisse.* » C'est l'étape ultime, c'est sa signature, c'est sa graine, c'est lui qui a tout fait.
- N'hésitez pas à en planter plusieurs, voire à étaler dans le temps avec d'autres types de graines, de manière à planifier. Chaque jour, il ira y jeter un coup d'œil, en prendra soin, l'arrosera. Puis, un jour, la plante sort de terre. Commentez, expliquez, aidez-vous de dessins, comparez...
- Ne lui dites pas chaque soir : « *Tu n'oublies pas ta plante ?* », il a mille activités en tête, cela pourrait devenir une « contrainte ». Utilisez de mots qui lui feront penser à sa graine : « *Tu as soif ? Qui a besoin d'eau ?* »

J'apprends le silence

C'est une activité originale que je vous conseille d'apprendre assez tôt à votre enfant, car elle aura inévitablement un impact positif sur la maîtrise de ses émotions, son rapport à l'autre et sa concentration lors d'événements de toutes sortes. Ici, nous allons lui apprendre à faire le silence.



Matériel

- Un bandeau cache-yeux adapté à son visage (un masque de sommeil).



Acquisitions

- Concentration, observation
- Mémoire auditive
- Audition, olfaction
- Prise de confiance



Déroulement de l'atelier

- Au parc, s'il n'y a pas trop de monde, asseyez-vous à côté de lui dans l'herbe ou sur un banc et dites-lui : « On va faire un jeu, on va fermer les yeux et tu vas essayer d'écouter l'oiseau. » Un merle chante en effet non loin de là. « Il faut bien garder les yeux fermés, tu peux les cacher avec tes mains. » Montrez-lui l'exemple. « On ne bouge pas et on écoute l'oiseau, tu l'entends ? »
- Dans un premier temps, il va fermer les yeux, probablement pas longtemps, il est trop pressé de voir, de bouger, d'expliquer. C'est par la répétition que, peu à peu, vous montrerez qu'on peut s'amuser à repérer l'oiseau, la voiture, en gardant les yeux fermés, et en pointant le doigt vers la source sonore.
- Une fois qu'il adhère, servez-vous du bandeau occultant : « On met chacun le bandeau, comme ça on peut mieux écouter. » C'est subtil, mais il comprend, il a l'âge.
- Répétez cette action de « pause sonore » à tout instant si vous sentez que le moment est propice, pour vous mettre à l'écoute des bruits qui existent chez vous : la pendule, le bruit du lave-linge, l'oiseau qui chante dans sa cage, le bruit de l'ascenseur, etc. Faites-le notamment dans le noir le soir, avant le coucher.
- Il s'agit de lui apprendre à simplement écouter pour commenter ensuite, dans un second temps.

Le conseil du pédiatre

- Profitez des occasions, cette activité peut se faire n'importe où, c'est tout l'intérêt. Elle ne durera qu'une ou deux minutes, c'est suffisant.

Je sors du labyrinthe

Le jeu du labyrinthe est une excellente façon d'apprendre à votre enfant à se concentrer tout en suivant, avec un crayon, le chemin qui lui permettra de rejoindre un objet : la récompense. C'est une très bonne activité pour mieux maîtriser la tenue du crayon, dans tous les sens, ce qui lui servira pour l'écriture.



Matériel

- Un crayon à papier noir ou de couleur, des labyrinthes tracés sur une feuille de papier. Vous pouvez les fabriquer vous-même, c'est très simple¹⁹.



Acquisitions

- Vision, coordination yeux-mains
- Motricité fine
- Mémorisation, observation
- Raisonnement spatial



Déroulement de l'atelier

- L'idéal est de commencer avec des labyrinthes où quelques animaux sont représentés (dinosaures, animaux de la ferme), que vous pouvez ajouter sur le parcours pour l'aider à trouver son chemin, avec l'animal final à atteindre, plus gros que les autres et en couleur²⁰.
- La première fois, montrez-lui comment procéder : prenez un crayon bleu et donnez-lui un crayon rouge. Initiez le parcours : « *Je suis avec mon crayon pour rejoindre la maison de l'abeille, sans lever la main.* » Avancez doucement : « *Il ne faut pas toucher le trait noir, tu m'aides à trouver le chemin ?* »
- Montrez-lui en avançant avec votre crayon jusqu'à mi-parcours : « *Tu essaies de me rejoindre ?* » Avec son crayon rouge, il va suivre votre trace depuis la zone de départ et se retrouvera au même point que vous : « *Tu continues tout seul pour arriver dans la maison ?* »
- Il va peu à peu y arriver, car il va comprendre l'objectif du jeu. Laissez-lui le temps d'en comprendre les règles : ne pas déborder, ne pas revenir en arrière, bien tenir le crayon, avoir une vision globale, ne pas lever la main, bien tenir la feuille de papier avec l'autre main.
- Avec le temps, la complexité pourra augmenter.

19. http://therese.eveilleau.pagesperso-orange.fr/pages/jeux_mat/indexF.htm

20. <http://www.momes.net/Jeux/Jeux-a-imprimer/Labyrinthes>

Ressources utiles

Livres

- Céline ALVAREZ, *Les lois naturelles de l'enfant*, Les Arènes
- Anne BACCUS, *Votre bébé de 1 jour à 1 an*, Marabout
- F. de BARBOT, *Le rôle du jeu dans le développement de l'enfant*, Motricité cérébrale
- BONNAUD & Col., *L'activité libre du jeune enfant*, Elsevier Masson
- Alain de BROCA, *Le développement de l'enfant : du normal aux principaux troubles du développement*, Elsevier Masson
- Brigitte CHABROL & Col, *Neurologie pédiatrique*, Flammarion Médecine-Sciences
- A. CHARON, C. BOUCHARD, G. CANTIN, *Langage et littératie chez l'enfant en service de garde éducatif*, Presses de l'Université du Québec
- Chistopher CLOUDER et Janni NICOL, *Jeux d'éveil pour votre enfant*, Savoir-faire Steiner-Waldorf, Le courrier du livre
- Boris CYRULNIK, *Préparer les petits à la maternelle*, Odile Jacob.
- Noémie et Sylvie D'ESCLAIBES, *Montessori pour les 0-3 ans*, Balland
- Sophie D'OLCE, *Signer avec son bébé*, First Éditions
- Renata FOSSEN-BROWN, *Le Labo du petit jardinier*, Petit Homme
- Michèle FORESTIER, *De la naissance aux premiers pas*, Érès
- Hervé GLASEL et Michèle MAZEAU, *Conduite du bilan neuropsychologique chez l'enfant*, Elsevier Masson
- B. GOLSE, *Le développement affectif et intellectuel de l'enfant*, Masson
- Nathalie PETIT, *Montessori à la maison*, Actes Sud
- Dr Arnault PFERSDORFF, *Bébé : Premier mode d'emploi*, Hachette Famille
- Dr Arnault PFERSDORFF, *Mon enfant n'est pas propre, 1 problème 7 solutions*, Hachette Famille
- Dr Arnault PFERSDORFF, *Mon enfant ne veut pas manger, 1 problème 7 solutions*, Hachette Famille
- Dr Arnault PFERSDORFF, *Mon enfant ne veut pas dormir, 1 problème 7 solutions*, Hachette Famille
- Marie-Hélène PLACE, Caroline FONTAINE-RIQUIER, *Le coffret écriture-lecture des graphèmes rugueux de Balthazar*, Hatier jeunesse
- Robert RIGAL, *L'éducation motrice et l'éducation psychomotrice au préscolaire et au primaire*, Presses de l'Université du Québec
- Peter WALKER, *Le massage des bébés*, Robert Laffont

Sites Internet

- pediatre-online.fr, le site français de référence pour toutes les questions que se posent les parents, créé par le Dr Arnault Pfersdorff
- naitreetgrandir.com, le site canadien de référence pour accompagner le développement de l'enfant
- mpedia.fr, le site grand public fait par des pédiatres

Table des matières

Sommaire.....	3
Introduction	4
1. Joies du mobile	10
2. Je souris, tu souris	12
3. Accroche pouce.....	13
4. Coucou, me voilà !.....	14
5. Jeu des textures.....	15
6. Massages pour bébé	16
7. Petites comptines pour rire.....	18
8. En grande conversation.....	20
9. Bouge, petit jouet !.....	21
10. Choisir et placer son portique	22
11. Ainsi font, font, font.....	24
12. Tu me berces, je me rassure	25
13. Tu me parles, je te reconnais	27
14. Sur le ventre, je me muscle.....	29
15. Dans le bain, je flotte.....	30
16. Bébé, les ballons volent.....	31
17. Portage en écharpe, j'aime !.....	33
18. Badminton, mon petit volant.....	35
19. Les petites bulles qui volent	37
20. De toutes les couleurs	42
21. Jeu du miroir.....	43
22. À l'abri sur mon tapis	44
23. Yoga hop-là !.....	46
24. En avant, en arrière.....	48
25. Le bruit des matières	49
26. À dada	50
27. Imitons des animaux	52
28. Chansons de geste	53
29. La cloche.....	54
30. Tombé le jouet.....	56
31. Roule petite voiture	57
32. Flic flac, ça mouille.....	59
33. Bébé nageur	60
34. Attrapé-passé d'une main à l'autre.....	62
35. Rouler et empiler	63
36. Jolis hochets	65
37. Mon beau tableau d'éveil	67
38. Comptines du corps humain.....	69
39. Bébé ascenseur.....	70
40. Jeu d'empreinte.....	72
41. La bête qui monte	73
42. Assis, je veux.....	78
43. Jeux d'eau dans mon bac.....	80

44.	Ma maison en carton	82
45.	Jeu de marionnettes	83
46.	Ombres chinoises	84
47.	Vache, mouton, petit oiseau	85
48.	Partons en safari	86
49.	Je prends, je tiens, j'entrechoque	87
50.	Je passe d'une main à l'autre	89
51.	Course d'obstacles	90
52.	Jeu de la tempête	91
53.	Camion-cuiller	93
54.	Avec mes mains, je mange	94
55.	Maraca fait maison	95
56.	Drôles de coussins	96
57.	Attrape-pieds	98
58.	Jolies petites oreilles	99
59.	Je pousse, tu pousses	100
60.	Je roule en ballon	101
61.	Escaliers, j'assume !	103
62.	Objectif table basse	104
63.	Panier découverte	106
64.	Petite boule disparaît	107
65.	Il est où le ballon ?	108
66.	Signes et paroles	109
67.	Je marche à quatre pattes	110
68.	Parcours d'obstacles	116
69.	J'ouvre les portes	118
70.	Je franchis le cerceau	119
71.	Au bord du tapis, je lève le pied	121
72.	Pieds nus sur le sable	122
73.	Je fais des pâtes dans le bac à sable	123
74.	Merci, mon ami !	124
75.	Poum par terre !	126
76.	Je tire la chasse d'eau	127
77.	Les mains propres	129
78.	Avec la cuiller, je sers papa	131
79.	Jeux de couvercles	132
80.	Et ron et ron petits bouchons	133
81.	À la pêche aux cubes	134
82.	D'où vient ce bruit ?	135
83.	Roule, petite balle	136
84.	Jeu d'imitation : la brosse à dents	138
85.	Miroir, mon beau miroir	139
86.	Mes marionnettes préférées	140
87.	J'empile les petits livres	142
88.	Ma draisiennne à moi	144
89.	Dans ma brouette	150
90.	Je fais la cuisine	151
91.	Je reconnais mon jouet sur la photo	152
92.	Je montre la carotte	153
93.	Les animaux aussi font pipi	154
94.	Je presse l'éponge	155

95.	Ma première pâte à sel	156
96.	Les petits trous du sucrier	157
97.	Les petits cailloux.....	158
98.	Je mets mon soldat droit.....	159
99.	Je vise avec la balle	160
100.	Je joue aux cartes	162
101.	Je regarde la Lune	164
102.	Je monte les escaliers comme un grand	165
103.	Compte jusqu'à 3, je ne bouge plus	166
104.	Ah, les petits cubes !.....	168
105.	Je n'arrache pas les pages.....	169
106.	Dur dur de mettre ses chaussures !	170
107.	Je disparaiss dans ma chemise.....	171
108.	Mon parcours du combattant	172
109.	Je visse, c'est rigolo.....	173
110.	Quel est cet instrument de musique ?.....	174
111.	Je barbouille mes mains de peinture	175
112.	Je fais la course avec toi	180
113.	Je marche à reculons	181
114.	Cache-cache	183
115.	Les yeux bandés, je rejoins maman	184
116.	Je construis mon château	185
117.	Je dessine	187
118.	J'habille le petit bonhomme.....	188
119.	C'est moi qui raconte l'histoire	190
120.	Je fais des pirouettes.....	191
121.	J'avance accroupi	193
122.	Je mets dessus dessous.....	194
123.	Je transvase les petites graines	195
124.	J'aime le parfum de maman.....	197
125.	Je cache et je retrouve	198
126.	Les poupées russes, j'adore.....	199
127.	Je dessine ma main	200
128.	Ça y est, je découpe.....	201
129.	Mon premier collage	202
130.	C'est mon corps.....	203
131.	Je coupe le fruit.....	204
132.	Je prononce la vache, le mouton	206
133.	Fini, les areuh !.....	207
134.	Je suis du doigt et je baragouine	208
135.	Maintenant, je pédale.....	209
136.	Je deviens un pro du ballon	211
137.	J'enfile des perles.....	212
138.	Satanés boutons !	213
139.	Je joue aux dominos.....	214
140.	Je dessine ma maison.....	215
141.	Je fais rouler	216
142.	Je jardine	217
143.	J'apprends le silence	218
144.	Je sors du labyrinthe.....	219
	Ressources utiles.....	220



Pour plus de conseils et d'astuces, rendez-vous sur :

PARENTTIPS

Développement de l'enfant, scolarité, vie quotidienne ou activités ;
Retrouvez de nombreux contenus d'experts pour les enfants de 0 à 14 ans.
www.parentips.fr

Retrouvez également Arnault Pfersdorff sur Parentips :



0-3 ans

Les terribles twos : comment
gérer la « crise » des 2 ans ?



3-6 ans

Colère ou bêtise : faut-il
punir ?



10-14 ans

Adolescent : on ne se
comprend plus !

© Hatier – 8, rue d'Assas 75006 Paris

Tous droits de reproduction, de traduction et d'adaptation réservés pour tous pays.

L'auteur



Pédiatre réanimateur en exercice hospitalier et libéral, **Arnault Pfersdorff** est ancien interne des Hôpitaux, ancien Chef de Clinique des Universités – Assistant des Hôpitaux.

Il a fondé *pediatre-online*, première plateforme de conseils et de télémedecine pédiatriques, également accessible sur smartphones et tablettes.

Depuis 2018, Arnault Pfersdorff est chroniqueur et expert pour l'émission *La Maison des Maternelles* sur France 5. Il est l'auteur de nombreux ouvrages parus chez Hachette Pratique et L'Harmattan.

Retrouvez les conseils pratiques d'Arnault Pfersdorff sur :

- Pediatre-online.fr
- Parentips.fr

Les ateliers de l'éveil

- Parce que votre enfant est naturellement curieux et qu'il apprend chaque jour ;
- Parce que vous voulez passer du temps de qualité avec lui et lui proposer le meilleur ;
- Parce que vous avez besoin d'outils simples et efficaces au quotidien...

Des jeux d'éveil, des conseils de spécialistes et des méthodes éprouvées pour éveiller votre enfant.

Dans la même collection



Cet ouvrage a pour but principal de bien préparer l'enfant à l'entrée à l'école maternelle. Cette étape est le tout premier pas dans sa vie scolaire. Elle est fondamentale pour qu'il nourrisse son goût pour l'apprentissage et améliore sa confiance en lui.

Une présentation des activités par tranches d'âges

Le détail du matériel

Les acquisitions stimulées

L'activité expliquée en pas à pas



Des dessins des gestes et techniques

L'astuce en plus du pédiatre

Avoir une approche bienveillante et encourageante dans son rôle de parent est essentiel. Il convient dès lors d'accompagner son enfant dans ses découvertes, dans ses succès comme dans ses hésitations.

Ce livre propose **plus de 140 activités** ludiques, variées et sans matériel onéreux pour stimuler les compétences requises en maternelle.

- **Des activités guidées en pas à pas**, illustrées de dessins gais et didactiques.
- **Les grandes acquisitions pour chaque tranche d'âge**, de la naissance à 3 ans et plus, avec des idées de mises en situation, adaptées au rythme de l'enfant.
- **Les éclairages de l'auteur, Arnault Pfersdorff**, pédiatre réanimateur, chroniqueur de l'émission *La Maison des Maternelles*, pour éveiller l'enfant et favoriser son épanouissement.



Ouvrage illustré par Adéjé

PARENT TIPS

Pour plus de conseils et d'astuces,
rendez-vous sur www.parenttips.fr